ಮೂಕಂ ಕರೋತಿ ವಾಚಾಲಮ್

(ಮೂಕನನ್ನು ಮಾತನಾಡುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ)

ಪಂಗುಂ ಲಂಘಯತೇ ಗಿರಿಂ

(ಕಾಲಿಲ್ಲದವನು ಬೆಟ್ಟವನ್ನು ಹಾರುತ್ತಾನೆ)

ಅಂಗವಿಕಲರಿಂದ ಸಾಹಸ ಮತ್ತು ಕಲಿಕೆ

ಡಾ. ಎಸ್.ಎಲ್.ಎನ್.ಸ್ವಾಮಿ
ಸೊಮಿಟೋ ಕಾಮದಾರ್

ನೊಮಿಟೋ ಕಾಮದಾರ್

ನೊಮಿಟೋ ಕಾಮದಾರ್‌ರವರು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಹೆಕ್ಕಿ ಹಿಡಿಯುವುದಲ್ಲಿ ಸಿದ್ಧಹಸ್ತರು. ವಿಕಲಚೇತನರು ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಕ್ರೂಢೀಕರಿಸಿ ಜೋಡಿಸಿ ಅವರ ಅನಿಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಇತರರಿಗೆ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಸಬಲ್ಲವರು. ಅಂಗವಿಕಲರಿಗೆ ನೆಮ್ಮದಿಯ ಕಾರಣವಾಗಿ ಅವರ ಹೃದಯವನ್ನು ಗೆದ್ದವರು. ಮೂಲದಿಂದಲೂ ದಿ ಅಡ್ವೆಂಚರರ್ಸ್ ಸಾಹಸಿ ಶಿಕ್ಷಣ ಶಾಲೆಯ ಮೂಸೆಯಿಂದ ಹೊರಬಂದವರು. ಕೆನಡಾದ ಔಟ್‌ವರ್ಡ್‌ಬೌಂಡ್ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ನಿರ್ವಹಣಾಧಿಕಾರಿಗಳು, ಅಂಗವಿಕಲರು, ಅವಕಾಶವಂಚಿತ ಮಕ್ಕಳ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ತರಬೇತಿ ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ. ಇದೇ ಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಮಾಜಸೇವಾ ಸಂಸ್ಥೆ "ಅಶೋಕ ಇನ್ನೋವೇಟರ್ಸ್ ಫಾರ್ ದ ಪಬ್ಲಿಕ್"ನ ಪೂರ್ವೋತ್ತರ ಏಷಿಯಾ ಖಂಡದ ರಾಯಭಾರಿಯಾಗಿ ಜನರ ಒಳಿತಿಗಾಗಿ ಎಲೆ ಮರೆಯ ಕಾಯಿಯಂತೆ ಸಮಾಜ ಸೇವೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವವರನ್ನು ಅದರಲ್ಲೂ ತಮ್ಮನ್ನು, ಕೆಲಸವನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗದ ಗ್ರಾಮೀಣ ಭಾಗದ ಜನರನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ, ಅವರು ಅಶೋಕ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಫೆಲೋಶಿಪ್ ಪಡೆಯುವಲ್ಲಿ ಮಹತ್ತರ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಜರ್ಜರಿತಗೊಂಡ ಹೆಂಗೆಳೆಯರ ಪುನರ್‌ಚೇತನಕ್ಕಾಗಿ ಇವರಿಂದ ರೂಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟ "ವಿಮೆನ್ ಆಫ್ ಕರೇಜ್" ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಇವರ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲತೆಗೆ ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿದೆ.

ಡಾ. ಎಸ್ ಎಲ್ ಎನ್ ಸ್ವಾಮಿ

ಡಾ. ಎಸ್ ಎಲ್ ಎನ್ ಸ್ವಾಮಿಯವರು ಮೂಲತಃ ಶಿಕ್ಷಣದತ್ತ ಒಲುವುಳ್ಳವರು. ಯೂಥ್ ಹಾಸ್ಟೆಲ್ಸ್ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್‌ನ ಪದಾಧಿಕಾರಿಯಾಗಿದ್ದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ನಿಸರ್ಗ ಮತ್ತು ಸಾಹಸ ಶಿಕ್ಷಣದ ಸಮನ್ವಯದ ಬಗ್ಗೆ ಶ್ರೀಯುತ ಬೆನ್ ಸೋನ್ಸ್‌ರವರಿಂದ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ಪಡೆದು ಹಿಮಾಲಯದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಎವರೆಸ್ಟ್ ಆರೋಹಿ ಪರ್ವತಪ್ರಿಯ ತೇನ್‌ಸಿಂಗ್ ನೋರ್ಗೆಯವರ 'ನಿನ್ನ ಹಿತ್ತಲಿನತ್ತ ಮುಖ ಮಾಡು' ಎಂಬ ಆದೇಶದಿಂದ ಪ್ರೇರಿತರಾಗಿ ಪಶ್ಚಿಮ ಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಬಂದು ನೆಲಸಿದರು. ಇವರು ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಹೊರಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಕಲಿಕೆಯ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುವಲ್ಲಿ ಶ್ರಮಿಸಿದ ಮೊದಲಿಗರು. ಅದರ ಅಂತರಾತ್ಮದ ಕರೆಯಿಂದಾಗಿ "ಮಾಧ್ಯಮಿಕ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಸರ ಶಿಕ್ಷಣದ ಸವಾಲುಗಳು" ಎಂಬ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಕನ್ನಡ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಿಂದ ಡಿ.ಲಿಟ್ ಪದವಿ ಪಡೆದರು. ಹಲವು ಸಮನ್ವಯತೆಯ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲರಾಗಿ ಉಳಿದರು. ಇದರ ಫಲಿತವಾಗಿ ಕೆನಡಾದ ಔಟ್‌ವರ್ಡ್‌ಬೌಂಡ್ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಎಜುಕೇಟರ್ಸ್ ಕೋರ್ಸ್‌ಗೆ ಆಹ್ವಾನ ಪಡೆದ ಏಷಿಯಾ ಖಂಡದ ಮೊದಲ ವ್ಯಕ್ತಿ. ಪರಿಸರ ಸಂರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಅದರ ಬಗೆಗಿನ ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಸಾಹಸ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡ ಆಲೋಚನಾ ವಿಧಾನಕ್ಕಾಗಿ ಅಶೋಕ ಇನ್ನೊವೇಟರ್ ಫಾರ್ ದ ಪಬ್ಲಿಕ್ ಫೆಲೋಶಿಪ್ ನೀಡಿ ಗೌರವಿಸಿತು. ಇದರಿಂದ ಉತ್ತೇಜಿತರಾಗಿ ಉತ್ತರ ಮತ್ತು ದಕ್ಷಿಣ ಅಮೆರಿಕ, ಪಶ್ಚಿಮ ಆಫ್ರಿಕ, ಏಷಿಯಾ ಮತ್ತು ಯೂರೋಪಿನ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಸುತ್ತಿ ತಮ್ಮ ಆಲೋಚನಾ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು, ಹರಡುವ [illegible] ಸಮನ್ವಯ ಕಲಿಕೆಯ ಜಾಲವನ್ನು ರೂಪಿಸಿದರು.

5628
CLIC
SOPHEA

ಮೂಕಂ ಕರೋತಿ ವಾಚಾಲಮ್

(ಮೂಕನನ್ನು ಮಾತನಾಡುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ)

ಪಂಗುಂ ಲಂಘಯತೇ ಗಿರಿಂ

(ಕಾಲಿಲ್ಲದವನು ಬೆಟ್ಟವನ್ನು ಹಾರುತ್ತಾನೆ)

ಅಂಗವಿಕಲರಿಂದ ಸಾಹಸ ಮತ್ತು ಕಲಿಕೆ

ಎಸ್.ಎಲ್.ಎನ್.ಸ್ವಾಮಿ
ನೋಮಿಟೋ

15628
D-200

ಮುನ್ನುಡಿ

ಮನೆಯ ನಾಲ್ಕು ಗೋಡೆಗಳ ಚೌಕಟ್ಟಿನಿಂದ (ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಂಧನದಿಂದ) ಹೊರ ಬರುವುದೇ ಎಷ್ಟೋ ಅಂಗವಿಲಕರಿಗೆ ದೊಡ್ಡ ಸಾಹಸ. ಅಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಸಾಹಸದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಅಂಗವಿಕಲರನ್ನೂ ತೊಡಗಿಸುವುದು ಒಂದು ಸಾಹಸದ ಕೆಲಸವೇ ಸರಿ. ಅಂತಹ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಸಾಹಸದ ಬಗೆಗಿನ ವಿವರಣೆ ಈ ಕಿರು ಪುಸ್ತಿಕೆ.

ಸಾಹಸವೆಂಬುದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಒಂದು ರೋಮಾಂಚಕಾರಿ ಅನುಭವ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಜೊತೆಗಿನ ಒಡನಾಟ ಹೊಸ ಅರಿವಿನ ಹುಡುಕಾಟವೂ ಹೌದು. ನಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳ ಶೋಧವೂ ಹೌದು.

ಹೀಗಿರುವಾಗ ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಕೊಳೆಹಾಕಲ್ಪಡುವ ಅಂಗವಿಕಲರಿಗೆ! “ಅಲ್ಲಿ ನೀನು ಹೋಗಬೇಡ, ಅದು ನಿನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ” ಎಂದು ತಂದೆ, ತಾಯಿಗಳು, ಇಡೀ ಸಮಾಜವೇ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ಹೇರಿ ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಕುಬ್ಜಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂಗವಿಕಲರಿಗೆ ತಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಕಲ್ಪನೆಯೇ ಇಲ್ಲದಂತೆ ಮಾಡಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ.

ಸಮಾಜದ ಈ ಪೂರ್ವಾಗ್ರಹಗಳ ಹೊರೆಯನ್ನು ಕಿತ್ತು ಹಾಕಿ, ಸಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಅರಿವನ್ನು ಮೂಡಿಸುವ, ಬೆಳೆಸುವ ಕೆಲಸ ಒಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೆ ಹೊಸ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನೇ ರೂಪಿಸುವ ಕೆಲಸ. ಇದು ಒಂದು ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ಸಾಹಸವೂ ಹೌದು. ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಾಹಸ ಅಂಗವಿಕಲತೆ ಹಾಸಿಗೆ ಬಿಟ್ಟು ಏಳಲಾರದ ತೀವ್ರ ರೀತಿಯ ಅಂಗವಿಕಲರ ಹೊರತಾಗಿ ಇನ್ನುಳಿದವರಿಗೆ ಅವರ ದೇಹದ ಶೇ 5 ರಿಂದ 10 ಭಾಗವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಹಾನಿಗೊಳಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಉಳಿದ ಶೇ 90–95 ಭಾಗವನ್ನು ಬಳಸಿ ತಮ್ಮ ಪೂರ್ಣ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ವಿಕಾಸಗೊಳಿಸಬಹುದು.

ಸಾಸಹದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಸ್ವಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಅರಿವು ಬೆಳವಣಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವೇ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಮೂಡುತ್ತದೆ. ಸಾಹಸ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿಯೂ ತಮ್ಮ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ದುಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮುಂದಾಗುತ್ತದೆ.

ಇಂತಹ ಸಾಹಸಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ ಅಂಗವಿಕಲರ ಮುಖಗಳನ್ನು ನೋಡಬೇಕು ನೀವು ! ಎಂತಹ ಸಂತಸದಿಂದ, ಆಶ್ಚರ್ಯದಿಂದ

ಹೊಳೆಯುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಅವರ ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳು ಅಂತಹ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅವರ ಜೊತೆಯಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅವರಿಗೂ ಸಂತಸ, ಆಚ್ಚರಿ! ಅಷ್ಟು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಇಂತಹ ಸಾಸಹಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿರುವ ಈ ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳ ಮೇರೆಮಿತಿ ಹೇರಿ ಕಟ್ಟಿ ಹಾಕಿದ್ದೆವಲ್ಲ. ಪ್ರಕೃತಿಯ ಜೊತೆ ಒಡನಾಡಿದಂತೆ ಸಮಾಜದ ಜೊತೆಯೂ ಒಡನಾಡಿ ಬೆಳೆಯಬಹುದಾದನ್ನು ನಾವು ತಡೆಗಟ್ಟಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಭಾವನೆ ಮೂಡುತ್ತದೆ.

ಅಂಗವಿಕಲರ ಸಾಹಸ ಗಾಥೆಯ ಆ ರೋಮಾಂಚಕಾರಿ ಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಆ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಪ್ರಬಂಧವಾಗಿಸಿದ ಈ ಕಿರುಪುಸ್ತಿಕೆ ಮುಂದಕ್ಕೆ ಬೆಳೆದು ಒಂದು ಪುಸ್ತಕವೇ ಆಗಬಲ್ಲದು, ಆಗಬೇಕು.

ನಮ್ಮ ಅವಸರಕ್ಕೆ ತಮ್ಮೆಲ್ಲ ಕೆಲಸಗಳ ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿಯೂ ಈ ಕಿರುಪುಸ್ತಿಕೆಯನ್ನು ಬರೆದುಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ, ಈ ದಂಪತಿಗಳು ಶಿವಮೊಗ್ಗದ ತಾಳಗುಪ್ಪ ಹೊನ್ನೆಮರಡು ಜಲ ಸಾಹಸ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ 25 ವರ್ಷಗಳ ಅನುಭವದ ಸಾರ ಇದು. ಇದನ್ನು ಓದಿದ ಎಲ್ಲರೂ ತಮ್ಮ ಅಂಗವಿಕಲ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸಾಹಸಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಲಿ ಮಿತಿಗಳನ್ನು ಹೇರದೆ ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಅನುಕೂಲ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಲಿ.

ಜಿ.ಎನ್. ನಾಗರಾಜ್
ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ಅಂಗವಿಕಲರ
ಪಾಲಕರ ಒಕ್ಕೂಟ

ಈಗ ಕುಳಿತು ಚಿಕ್ಕಂದಿನ ನೆನಪುಗಳನ್ನು ಮೆಲುಕು ಹಾಕುವಾಗ ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯರು ಬಹಳ ಪಾಜ್ಞರು. ವಿಕಲಚೇತನರು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ದಿನನಿತ್ಯ ಅನುಭವಿಸುವ ಸಂಕಟಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ತಾರತಮ್ಯವಿಲ್ಲದಂತೆ ಬೆರೆಯಲು ಸಮಯ ಬಂದಾಗ ಅವರಿಗೆ ಜೋಡುಗೈಯ್ಯಾಗುವಂದದಲ್ಲಿ ಅರಿವುಂಟುಮಾಡಲು ಈ ಕ್ರೀಡೆಗಳನ್ನಾಡಲು ರೂಪಿಸಿ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿದ್ದು ಅಂದಿನ ಶಿಕ್ಷಣ ಎಷ್ಟು ಚಿಂತನಾಶೀಲ ಎಂದು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ

ಈಗ ಈ ಎಲ್ಲಾ ಆಟಗಳು ಕಸದ ಬುಟ್ಟಿ ಸೇರಿಯಾಗಿದೆ. ಆಟದ ರೀತಿ ನಿಯಮಗಳು ಶರತ್ತುಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ ಆಟವಾಡಲು ತಿಳಿಸಿದಲ್ಲಿ ಈ ಅಜ್ಜಿಕಾಲದ ಆಟ ನಮಗೆ ಬೇಡವೆಂದು ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಮುಂದೆ ಕುಳಿತು ಆಟವಾಡಲು ಓಡುವುದು ಕಂಡಾಗ ಮನಸ್ಸು ಕುಬ್ಜವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹಸೀನಾ ಬಾನು ಎಂಬ ವೈಕಲ್ಯವುಳ್ಳ ಮಹಿಳೆ ಮೊದಲಿಗೆ ನಮ್ಮ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಪರಿಸರ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮದ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರ ತರಬೇತಿ ಪಡೆಯಲು ಬಂದಾಗ ಮಳೆಗಾಲ. ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಜ್ಜೆ ಹೂತುಹೋಗುವ ಕೆಸರು. ಜೊತೆಗೆ ಬಂದ ಪೋಷಕ ಆಕೆಯನ್ನು ಹೊತ್ತು ತಂದು ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಸಂಬಂದಿಸಿದ ಕಟ್ಟಡದಲ್ಲಿ ಇಳಿಸಿದರು. ಅನುಮಾನದಿಂದಲೇ ಆಕೆಯನ್ನು ನಮ್ಮ ಜವಾಬ್ದಾರಿಗೆ ಒಪ್ಪಿಸಿ ಹೋದರು. ಮೊದಲ ಒಂದು ತಿಂಗಳು ಆಕೆ ಪಟ್ಟ ಕಷ್ಟ ಅಷ್ಟಿಷ್ಟಲ್ಲ. ಬಹಿರ್ದೆಸೆಗೆ ಹೋಗಲೂ ಹತ್ತು ಮೆಟ್ಟಿಲಿಳಿದು ನೂರು ಹೆಜ್ಜೆ ನೆಡೆಯಬೇಕು. ಊಟ ಮಾಡಿದ ತಟ್ಟೆ ತೊಳೆಯಲು ಐವತ್ತು ಹೆಜ್ಜೆ ನಡೆಯಬೇಕು.. ಇನ್ನು ತರಬೇತಿಗಾಗಿ ಜಲಾಶಯದ ಹತ್ತಿರ ಹೋಗಲು ಒಂದು ಫರ್ಲಾಂಗ್ ಹಾದಿ ಸವೆಸಬೇಕು. ಜೊತೆಗೆ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಪಾಚಿಗಟ್ಟಿ ಜಾರುವ ಹಾದಿ. ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋದರಾದರೂ ಮುಗಿಯಿತೆ? ಅಲ್ಲಿಗೆ ಸೇರಿದ ನಂತರ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಈಜಲು ಕಲಿಯಬೇಕು. ದೋಣಿ ನಡೆಸಬೇಕು. ಗುಡಾರ ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕು ಶಿಬಿರಾಗ್ನಿ ಹಾಕಬೇಕು ಒಂದೇ? ಎರಡೇ? ಆಕೆಗೆ ಇಡೀ ಜೀವನದ ಸಂಕಷ್ಟಗಳೆಲ್ಲಾ ಒಟ್ಟೊಟ್ಟಿಗೇ ಮೈಮೇಲೆ ಬಂದಂತಾಗಿರಬೇಕು. ಒಂದು ತಿಂಗಳಿಗೇ ನಾನು ವಾಪಸ್ಸು ಹೋಗಬೇಕು ನನ್ನ ಪೋಷಕರನ್ನು ಬಂದು ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ತಿಳಿಸಿ ಎಂದು ಹೇಳತೊಡಗಿದಳು. ನಮ್ಮ ಮಹಿಳಾ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರು ಈ ತರಬೇತಿ ಪಡೆದರೆ ಆಗಬಹುದಾದ ಮುನ್ನಡೆ ಹಾಗೂ ತನ್ನನ್ನು ತಾನು ಅವಲಂಬಿಸಿದ ಜೀವನ ಹಾಗೂ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಹೋದಲ್ಲಿ ಆಗಬಹುದಾದ ಇತರರ ಮೇಲಿನ ಅವಲಂಬನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅವಳಿಗೆ ತಿಳಿ ಹೇಳಿದರು (ಕೌನ್ಸೆಲ್ಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದರು). ಇದರ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಆಕೆ ಮತ್ತೆರಡು ತಿಂಗಳು ಕೋರ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯುವ ಬಗ್ಗೆ ನಿರ್ಧಾರ ಮಾಡಿದಳು. ಇದು ಅವಳ ಜೀವನವನ್ನೇ ಬದಲಾಯಿಸುವ ನಿರ್ಧಾರವಾಯಿತು. ಕಟ್ಟಡದಲ್ಲಿಯೇ ಕುಳಿತು ಬೇಜಾರಾದ ಈಕೆ ಹಂತ ಹಂತವಾಗಿ ಕಟ್ಟಡದಿಂದ ಹೊರಬಂದು

ಜಲಾಶಯದ ಬದಿಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಇತರರು ತರಬೇತಿ ಪಡೆಯುವುದನ್ನು ನೋಡತೊಡಗಿದಳು ಹಾಗೆಯೇ ಒಂದು ದಿನ ಹುಮ್ಮಸ್ಸು ಬಂದು ತಾನೂ ನೀರಿಗಿಳಿದು ಈಜುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದಳು. ಮೊದಲು ಜೀವರಕ್ಷಕ ಕೋಟ್ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಈಜಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಈಕೆ ತರಬೇತಿಯ ನಂತರ ಯಾವುದೇ ಜೀವರಕ್ಷಕದ ಸಹಾಯವಿಲ್ಲದೆ ಈಜತೊಡಗಿದಳು ಈ ಎಲ್ಲಾ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಹಿಂದೆ ಒಂದೇ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದ ದೇಹದ ಭಾರ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ದೇಹ ಲಘುವಾಗಿ ತೋರತೊಡಗಿತು. ದೋಣಿ ನಡೆಸುವುದು, ಟ್ರೆಕ್ಕಿಂಗ್ ಮತ್ತಿತರ ದೈಹಿಕ ಕಸರತ್ತುಗಳುಳ್ಳ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸತೊಡಗಿದಂತೆ ಚೈತನ್ಯ ತಂಬತೊಡಗಿತು. ಎರಡು ತಿಂಗಳು ಮಾತ್ರ ಮುಂದುವರಿಯಲು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದ ನಿರ್ಧಾರವನ್ನು ಆರು ತಿಂಗಳಿಗೆ ಬದಲಾಯಿಸಿದಳು. ಅಷ್ಟರಲ್ಲಿ ತರಬೇತಿ ಮುಗಿದು. ಇಂಟರ್ನ್‌ಶಿಪ್ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತಿದ್ದ ಪ್ರವಾಸಿಗರಿಗೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ನಡೆಸತೊಡಗಿದಂತೆ ಅವರು ಮೊದಲು ಅನುಮಾನದಿಂದ, ನಂತರ ಈಕೆಯ ಅಂಗವೈಕಲ್ಯತೆಯನ್ನು ಮೀರಿದ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಬಿಟ್ಟ ಕಣ್ಣು ಬಿಟ್ಟಂತೆ ನೋಡತೊಡಗಿದರು. ಹಾಗೂ ಅಭಿನಂದಿಸಿದರು. ಕೊನೆಗೆ ಇತರರೆಲ್ಲರಿಗೆ ಸರಿಸಮನಾದ ಈಕೆಯ ಸಾಧನೆಗೆ ಕನ್ನಡ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ ಪರಿಸರ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮದ ಡಿಪ್ಲಮಾ ನೀಡಿತು. ಸದ್ಯದಲ್ಲಿ ಈಕೆ ಸಾಹಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ರಾಯಭಾರಿಯಾಗಿ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಸುತ್ತುತ್ತಿದ್ದಾಳೆ.

ಬೇರೆ ಬೇರೆ ವೈಕಲ್ಯತೆಯಿದ್ದ ಗುಂಪೊಂದು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಚಾರಣ ಮಾಡಲು ಹೊರಟಿತ್ತು. ಅದರಲ್ಲೊಬ್ಬಳಾದ ಸುಧಾರಾಣಿ ಬೆಟ್ಟ ಹತ್ತುತ್ತಾ ಇದ್ದಳು ಮೇಲೆ ಮೇಲೆ ಹತ್ತಿದಂತೆ ಈಗ ಏನು ಕಾಣುತ್ತಿದೆ.? ಸುತ್ತಲ ಪರಿಸರ ಹೇಗಿದೆ? ಎಂದು ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದಳು. ಇತರರು ಆಕೆಗೆ ವಿವರಿಸಿ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಹೀಗೆ ಸಾಗಿತ್ತು ಇಡೀ ಹಾದಿ.

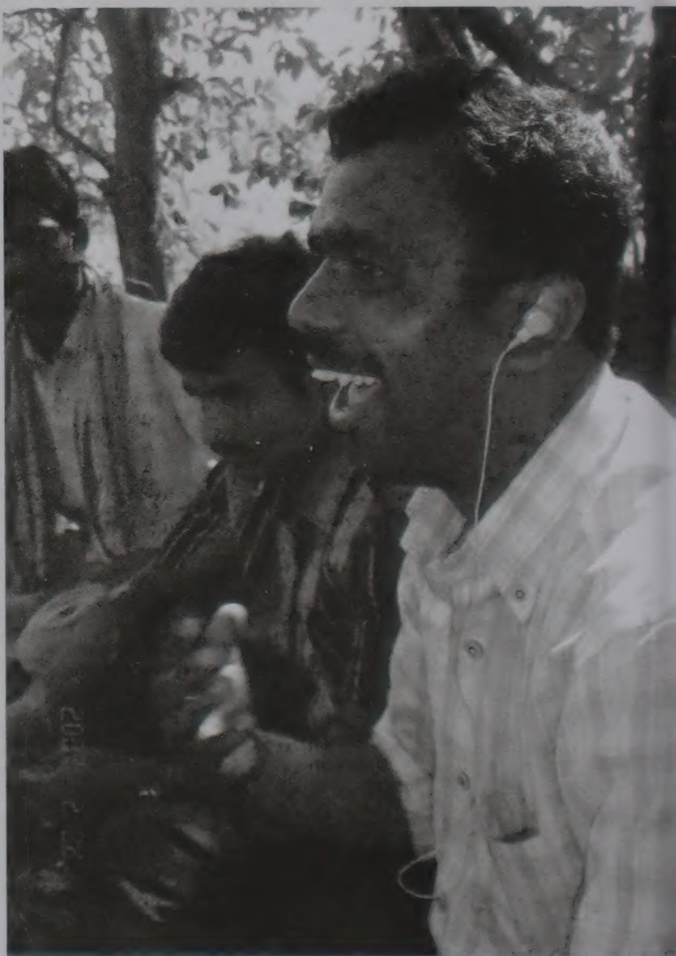
ಕಣ್ಣು ಕಾಣದ ಆಕೆ ಕಣ್ಣಿದ್ದ ಇತರೆ ವಿಕಲಚೇತನರ ಸಹಕಾರದಿಂದ ಇಡೀ ಪರಿಸರದ ವೀಕ್ಷಣೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಳು. ಇದು ನನಗೆ ನಾನು ಚಿಕ್ಕಂದಿನಲ್ಲಿ ಓದಿದ್ದ ಕುರುಡನೊಬ್ಬ ಮೂಕನೊಬ್ಬನ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತು ಒಂದು ಜಾಗದಿಂದ ಮತ್ತೊಂದು ಜಾಗಕ್ಕೆ ಪ್ರಯಾಣ ಮಾಡಿದ ಕಥೆಯನ್ನು ನೆನಪಿಗೆ ತಂದಿತ್ತು. ಅಂದೇ ಸಂಜೆ ದೋಣಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ದ್ವೀಪವನ್ನು ಸೇರಿದ ಪೋಷಕರುಗಳು ಅವರೊಡನೆ ಬಂದಿದ್ದ ಈ ತಂಡ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಗುಡಾರಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಶಿಬಿರಾಗ್ನಿಯ ಮುಂದೆ ನೆರೆದಾಗ ಗುಂಪಿನಿಂದೊಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ತೂರಿಬಂದಿತ್ತು. ಅಂಗವಿಕಲರನ್ನು ನೋಡಿದಾಗ ನಿಮಗೇನೆನ್ನಿಸುತ್ತದೆ?. ನಮಗೆ ಅಯ್ಯೋ ಎನ್ನಿಸುತ್ತದೆ! ನಮಗೆ ಬೇಜಾರೆನ್ನಿಸುತ್ತದೆ! ನಮಗೆ ಈ ಬದುಕು ಕಷ್ಟ ಎನ್ನಿಸುತ್ತದೆ ! ಪಾಪ ಎನ್ನಿಸುತ್ತದೆ! ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಹೀಗೆ ಮುಂದುವರಿಯತ್ತಾ ಸಾಗಿದಂತೆ

ತಡಿ ತಡಿ ನಿನಗೇತಕ್ಕೆ ಅಯ್ಯೋ ಎನಿಸುತ್ತದೆ ? ಬೇಜಾರೆನಿಸುತ್ತದೆ? ಎಂದು ಸುಧಾರಾಣಿ ಕೇಳಿದಳು

ಆಕೆ ನಿನಗೆ ಕಣ್ಣು ಕಾಣಿಸುವುದಿಲ್ಲವಲ್ಲಾ ಅದಕ್ಕೆ

ಅದಕ್ಯಾಕೆ ನಿಮಗೆ ಅಯ್ಯೋ ಎನಿಸಬೇಕು? ಎಂದು ತೂರಿ ಬಂದಿತು ಮರು ಪ್ರಶ್ನೆ

ನಿನಗೆ ನೋಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲವಲ್ಲಾ ತಕ್ಷಣವೇ ಆಕೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆ ನೋಡುವುದೇ ಜೀವನವೇ? ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಯಾರಿಂದಲೂ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಬರಲಿಲ್ಲ ಎಲ್ಲರೂ ಮಂತ್ರ ಮುಗ್ಧರಾಗಿದ್ದರು. ಯಾರಲ್ಲೂ ಉತ್ತರವಿರಲಿಲ್ಲ.



ಮರುದಿನ ದ್ವೀಪದಿಂದ ಕ್ಯಾಂಪ್ ಖಾಲಿ ಮಾಡಿ ದೋಣಿ ಹತ್ತಿ ಹೊರಡಬೇಕೆನ್ನುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿಯಿದ್ದವರೇ ಇದ್ದ ದೋಣಿ ಹತ್ತಿದ ಈಕೆ ತಾನೇ ಯಾರ ಸಹಾಯವಿಲ್ಲದೇ ದೋಣಿಯನ್ನು ಗುರಿ ತಲುಪಿಸುವುದಾಗಿ ಸವಾಲು ಮಾಡಿದಳು. ನೋಡ ನೋಡುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಯಾವ ಭಾವೋದ್ವೇಗವಿಲ್ಲದೆ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಇಡೀ ಗುಂಪನ್ನು ದಡ ತಲುಪಿಸಿದ್ದು ಎಲ್ಲರನ್ನು ಬೆರಗುಗೊಳಿಸಿತು. ಎಂತಹ ಕಣ್ಣಿದ್ದವರಿಗೂ ಸುಲಭದಲ್ಲಿ ಸಾದ್ಯವಾಗದ ಈ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಸುಲಲಿತವಾಗಿ ಮಾಡಲು

ನನ್ನ ಕಿವಿಯನ್ನು ಚುರುಕುಗೊಳಿಸಿ ಎದುರು ದಡದಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತಿದ್ದ ಶಬ್ದವನ್ನಾಲಿಸುತ್ತಾ ದಡ ತಲುಪಿದ್ದಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದಳು.

ಇಡೀ ಸಭೆ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಸೇರಿತ್ತು. ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅನುಭವದ ಮತ್ತೇರಿಂದಂತಹ ವಾತಾವರಣ. ಆಕೆ ಸಣ್ಣ ಸುಂದರ ಹುಡುಗಿ ಇನ್ನೂ ಹನ್ನೆರಡು ವಯಸ್ಸಿರಬಹುದು ಆದರೆ ಮೂಕ ಹುಡುಗಿ. ಈಗ ಅನುಭವವನ್ನು ವಿವರಿಸುವುದು ಆಕೆಯ ಸರದಿ. ಎಲ್ಲರಿಗೆ ಕುತೂಹಲ ಜೊತೆಗೆ ಆಕೆಯು ಹೊಸ ಅನುಭವವನ್ನು ಪಡೆದು ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ಧೈರ್ಯದಿಂದ ಎದುರಿಸಿದ್ದಾಳೆ. ಆಕೆಗೂ ಹುಮ್ಮಸ್ಸು. ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಮೌನ.ಇಡೀ ಹತ್ತು ನಿಮಿಷ ಕೇವಲ ಊಹೂಹು ಹಾಹಾಹ ಎಂದು ಸಂಜ್ಞೆಗಳ ಮೂಲಕವೇ ತನ್ನ ಅನುಭವವನ್ನ ಈಜುವುದು ಬಂಡೆಹತ್ತುವುದು ಜೊತೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ಮಾನಸಿಕ ವಿಕಲ ಚೇತನನಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದ್ದು ಆತ ತನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ನಡೆದದ್ದು ಅದರಿಂದ ಅವರ ಮದ್ಯೆ ಉಂಟಾದ ಬಾಂಧವ್ಯ ಹೀಗೆ ಕ್ಯಾಂಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಅವಳಿಗೆ ಆದ ಅನುಭವವನ್ನು ಯಾವ ಅಳುಕಿಲ್ಲದೇ ವಿವರವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದಳು. ಇದು ನನಗೆ ಹಿಂದೆ ಓದಿದ್ದ ರಾಬಿನ್ ಸನ್ ಕ್ರೂಸೋ ಮತ್ತು ಅವನ ಸಂಗಾತಿ ಫ್ರೈ ಡೇಯ ಸಂವಾದವನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಸಿತು. ಇಡೀ ಸಭೆ ತನ್ಮಯತೆಯಿಂದ ವೀಕ್ಷಿಸುತ್ತಿತ್ತು ಇದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಮಾತನ್ನಾಡುವಾಗ ಇತರರು ಅವರ ಮಾತಿನ ಮದ್ಯೆ ಮೂಗು ತೂರಿಸಬಾರದು ಹಾಗೂ ಅವರ ಪರವಾಗಿ ಮಾತನ್ನಾಡಬಾರದು ಎಂದರೆ ಯಾರ ಮಾತನ್ನೂ ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ಕಸಿಯಬಾರದು ಎಂಬುದು ಕ್ಯಾಂಪ್‌ಗೆ ಹೆಜ್ಜೆಯಿಟ್ಟಾಗಲೇ ಮೂಡಿದ ಮನಸ್ಥಿತಿ. ಅದು ಈಕೆಯಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಮಾತನ್ನಾಡುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಚಿಮ್ಮು ಹಲಗೆಯನ್ನಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳ ಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಿತ್ತು

" ಅಂಬಾ ಜಗದಾಂಬಾ ಪರಮಾಂಬಾ ಮೂಕಾಂಬಾ ವರವ ನೀಡೆ ಶ್ರೀದೇವಿ ಶ್ರೀದುರ್ಗೆ ಜಗದಾಂಬಾ ತಾಯಿ ಅಂಬಾ ಶಿವಶಂಕರೀ. . . . . ".ಎಂದು ಗುಡ್ಡಪ್ಪ ಜೋಗಿ ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದ ಕಥೆ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ ನಿಂತಾಗ ಜಡ್ಡುಗಟ್ಟಿದ ಮೌನ ಪರಿಸರವನ್ನಾವರಿಸಿತು.

"ಏಕೆ ನಿಲ್ಲಿಸಿಬಿಟ್ಟಿರಿ.?"

" ಇನ್ನೂ ಎಷ್ಟುಕಾಲ ಕಥೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು?"

"ಏನು ಜೋಗಿಗಳೆ ಈಗಷ್ಟೇ ಕಥೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭ ಮಾಡಿದ್ದೀರಿ. ಆಗಲೆ ಯಾಕೋ ಹಿಂದೇಟು ಹೊಡೆಯುತ್ತಿದ್ದೀರಲ್ಲಾ !"

"ಇನ್ನೊಂದು ಅರ್ಧ ಗಂಟೆ ಕಾಲ ಕಥೆ ಮಾಡಿದರೆ ಸಾಕಲ್ಲವೆ ".

" ಯಾಕೆ ಏನಾಯಿತು? ಬೇರೆಲ್ಲಾದರೂ ಬರುವೆನೆಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದೀರಾ? "

"ನೀವು ಹೀಗೆ ಹೇಳಿದ ಮೇಲೆ ವಿಷಯ ಹೇಳಲೇಬೇಕಾಯಿತು. ಸಭಿಕರು ಎಷ್ಟೆಷ್ಟು ಆಸಕ್ತಿ ತೋರುತ್ತಾರೋ ಅಷ್ಟಷ್ಟು ನಮಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಸಭಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಕಳೆಗಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಸಭಿಕರಿಗೆ ಆಸಕ್ತಿಯಿದ್ದಂತಿಲ್ಲ ಆದುದರಿಂದ ಬೇಗ ಮುಗಿಸಿ ಬಿಡಲು ಯೋಚಿಸಿದ್ದೇವೆ ".

"ಎಲ್ಲರೂ ಇಷ್ಟು ನಿಃಶಬ್ದವಾಗಿ ಕೇಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ನಿಮಗ್ಯಾಕೆ ಹಾಗನ್ನಿಸಿತು? "

"ಅಲ್ಲಿ ನೋಡಿ ಅವರು ಮತ್ತು ಅವರ ಎದುರಿನಲ್ಲಿರುವ ಇವರು ನಾವು ಕಥೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರು ಸಂಜ್ಞೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾ ಅವರದೇ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದ್ದಾರೆ. "

ಒಮ್ಮೆಲೆ ಎಲ್ಲರೂ ಬಿದ್ದೂ ಬಿದ್ದೂ ನಗತೊಡಗಿದರು ಗುಡ್ಡಪ್ಪ ಜೋಗಿಯವರ ಮುಖ ಪೆಚ್ಚಾಯಿತು.

"ಯಾಕೆ ನಾನು ಹೇಳಿದ್ದರಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ಉತ್ಪ್ರೇಕ್ಷೆ ಇದೆಯೆ? " ಈಗ ಕೇಳುವ ಸರದಿ ಜೋಗಿಯರದ್ದಾಯಿತು.

"ಎದುರಿನಲ್ಲಿದ್ದವರು ಕಿವುಡರು ಅವರಿಗೆ ನೀವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಕಥೆ ಕಂಡರೂ ಕೇಳಲಾಗದು ಆದುದರಿಂದ ಎದುರಿನಲ್ಲಿರುವ ಸಂಜ್ಞಾ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ನುರಿತ ಈಕೆ ಅವರಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಸಂಜ್ಞೆಗಳ ಮೂಲಕ ವಿವರಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ " ಎಂದಾಗ ಬಿಗುವಾಗಿದ್ದ ವಾತಾವರಣ ಸಡಿಲಗೊಂಡಿತು.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬೇರಾವುದೇ ವೈಕಲ್ಯತೆಯಾಗಿದ್ದರೆ ಎದ್ದು ಕಾಣಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಈ ವೈಕಲ್ಯತೆ ಒಳಗಿನದ್ದಾದುದರಿಂದ ಜೋಗಿಗಳಿಗೆ ತಿಳಿಯದೇ ಮೋಸಹೋಗಿದ್ದರು. ಇದು ಅವರಲ್ಲಿನ ಸ್ವಾಭಿಮಾನವನ್ನು ಬಡಿದೆಬ್ಬಿಸಿತು. ಅವರು ಮುಂದಿನ ಎರಡು ಗಂಟೆಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ವೈಶಿಷ್ಯಪೂರ್ಣವಾದ ಸವಾಲಿನವಾದ ಮೂಕಭಾಷಾ

ತಜ್ಞೆಯನ್ನು ತಮ್ಮ ಕಥೆಯಲ್ಲಿನ ರಾಗ ಭಾವಗಳಿಗನುಸಾರವಾಗಿ ಸಮ್ಮೋಹನಗೊಳಿಸುವ ಮೂಲಕ ಕಲೆಯ ಬಗೆಗಿನ ಹಿಡಿತವನ್ನು ಸಾಬೀತುಪಡಿಸಿದರು.

"ಹುಲಿಗಳು ಸರ್ಕಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬಿಟ್ಟರೆ ಬೇರೆಲ್ಲಾದರೂ ಎಂದಾದರೂ ಎರಡು ಕಾಲಿನಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವುದನ್ನು ನೋಡಿದ್ದೀರಾ? ಎರಡು ಕಾಲಿನಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವುದೇ ಸರಿಯಾದ ರೀತಿ ನಾಲ್ಕರಲ್ಲಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳಿದವರಾರು? ಎಲ್ಲರೂ ಮಾಡುವುದನ್ನು ನಾವೂ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ ಆದರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ" ಎಂದು ವಿಕಲಚೇತನನೊಬ್ಬ ನುಡಿದಾಗ ಹೌದಲ್ಲಾ ಎಂದೆನಿಸಿತು.

ಕಷ್ಟದಲ್ಲಿ ಬದುಕುತ್ತಿರುವ ಬದುಕಿಗಾಗಿ ಜೀವ ತೇಯುತ್ತಿರುವ ಹಲವು ವಿಕಲಚೇತನರು ಜೀವನವನ್ನು ಸವಾಲಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡ ರೀತಿಯನ್ನು ನೋಡಿ ಬೆರಗಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಸೊಂಟದಿಂದ ಕೆಳಗೆ ಪೂರ್ಣ ಸ್ವಾಧೀನವಿಲ್ಲದ ವಿಕಲಚೇತನನೊಬ್ಬ ತನಗೆ ಊರುಗೋಲು ಕೊಳ್ಳಲು ಶಕ್ತಿಯಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ಕವಲೊಡೆದ ಮರದ ಟೊಂಗೆಯೊಂದನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ಅದಕ್ಕೆ ಅಡ್ಡಪಟ್ಟಿ ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡು ಹಾರಿ ಅದರ ಮೇಲೆ ನಿಂತು ಎರಡು ಕಾಲುಗಳನ್ನು ಜೋತಾಡಿಸುತ್ತಾ ಎಲ್ಲೆಡೆಗೆ ಹೋಗಿ ತನ್ನ ಕೆಲಸಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಮುಗಿಸುವುದನ್ನು ಕಂಡು ಬೆರಗಾಗಿದ್ದೇನೆ. ಅವಶ್ಯಕತೆ ನೂತನ ಪಥವನ್ನು ಅವಿಷ್ಕರಿಸಲು ದಾರಿ.

ಈ ಮೇಲಿನ ಒಂದೊಂದೂ ಸನ್ನಿವೇಶ ಗಳನ್ನು ಮೆಲುಕು ಹಾಕುತ್ತಾ ಹೋದಂತೆ ದೆಹಲಿಯ ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತ ಜಾವೇದ್ ಅಬಿದಿ ವಿಕಲಾಂಗರನ್ನು ಮತದಾರರ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸುವುದು ಕಡ್ಡಾಯವೆಂಬ ವಿಷಯವನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಹೋರಾಟ ಮಾಡಿದ್ದರು. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ವಿಕಲಾಂಗರನ್ನು ಅವರ ಅಪ್ಪ ಅಮ್ಮಂದಿರು ಅಣ್ಣ ತಂಗಿಯರೇ ಹೊರಗೆ ಬರದಂತೆ ನಿರ್ಬಂಧಿಸಿದ್ದುದು ಕಂಡುಬಂತು. ಅವರು

ಹೊರಗೆ ಬಂದಲ್ಲಿ ಅವರ ಸುರಕ್ಷತೆಗಾಗಿ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆಂದು, ಇತರರು ತಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ವಿಕಲ ಚೇತನರಿದ್ದಾರೆಂದು ತಿಳಿದರೆ ತುಚ್ಛವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತಾರೆಂಬ ಹಾಗೂ ಆಕಸ್ಮಾತ್ತಾಗಿ ಆಗಬಹುದಾದ ಅಪಘಾತಗಳ ಪರಿಣಾಮವನ್ನೆದುರಿಸ ಬೇಕೆಂಬ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಅವರನ್ನು ಮನೆಯ ಆವರಣದಿಂದ ಹೊರಗಿನ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಬಿಡದಿದ್ದುದನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದೇವೆ. ಆ ಕಾರಣಕ್ಕೆ ಅವರು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಚಟುವಟಿಕೆ ರಹಿತರಾಗಿ ಸ್ವ-ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ವಿಶ್ವಾಸ ಕಳೆದು ಕೊಂಡು ಸೋಂಬೇರಿಗಳಾಗಿ ಯಂತ್ರಗಳಂತಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಇಂತಹವರನ್ನು ಹೊರಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಸಾಹಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸುವುದು ಒಂದು ಸಾಹಸವೇ ಸರಿ. ಈಗ್ಗೆ ಇಪ್ಪತ್ತೈದು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್ ಫಾರ್ ಪರ್ಸನ್ಸ್ ವಿತ್ ಡಿಸೆಬಿಲಿಟಿ, ಆಕಾಂಕ್ಷ, ವರ್ಲ್ಡ್ ವಿಷನ್ ನವ ಚೇತನ ಆರ್ಗನೈಜೇಶನ್ ಫಾರ್ ಪೀಪಲ್ ವಿತ್ ಡಿಸೆಬಿಲಿಟೀಸ್, ಸಮ ಫೌಂಡೇಷನ್, ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಇಲಾಖೆಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ, ಸರ್ವ ಶಿಕ್ಷಣ ಅಭಿಯಾನ ಮತ್ತಿತರ ರಾಜ್ಯಾದ್ಯಂತ ವಿಕಲಚೇತನರ ಉನ್ನತಿಗಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವವರ ಜೊತೆ ಸೇರಿ ವಿಕಲಾಂಗರಿಗೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಾ ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಅಧ್ಯಯನಗಳ ಮೂಲಕ

ಕಂಡುಕೊಂಡ ಹಲವು ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ದಾಖಲಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದ್ದೇವೆ.

ಈ ಅಧ್ಯಯನಗಳಲ್ಲಿ ಅರಿತು ಕೊಂಡ ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ಎರಡು ಪ್ರಮುಖ ವಿಭಾಗಗಳನ್ನಾಗಿ ಗುರುತಿಸಬಹುದು.

ಜೀವನ ಕೌಶಲ್ಯಗಳು

ಯುನಿಸೆಫ್ "ಜೀವನ ಕೌಶಲ್ಯಗಳ ಅರಿವು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ತೆಗೆದು ಕೊಳ್ಳುವುದು ಉತ್ತಮ ಸಂವಹನಕ್ಕೆ ಅನುವು ಮಾಡಿ ಕೊಡುವುದಲ್ಲದೆ, ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂನಿರ್ವಹಣಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಬೆಳೆಯಲು ಹಾಗೂ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಮೌಲ್ಯಾಧಾರಿತ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಅನುವು ಮಾಡಿ ಕೊಡುತ್ತದೆ" ಎಂದು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸುತ್ತದೆ.

ಇದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಸಮಂಜಸವಾದುದು ಅದರಲ್ಲೂ ವಿಕಲಚೇತನರಿಗೆ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ವಿಕಲಚೇತನರು ಜೀವನ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೆಚ್ಚು ಸವಾಲಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುತ್ತದೆ. ಹೊರಾಂಗೀಣ ಸಾಹಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಅನುಭವವನ್ನು ಆಧರಿಸಿರುವುದರಿಂದ ಸಹಜವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ. ದೌರ್ಬಲ್ಯದಿಂದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದೆಡೆಗೆ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತದೆ.

ಸಂವಹನ ನೈಪುಣ್ಯತೆ

ಹಲವು ಬಾಷೆಗಳನ್ನು ಮಾತನಾಡುವ ಅಂಗವಿಕಲರ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಕೇವಲ ಒಂದೇ ಭ್ಹಾಷೆ ಮಾತನ್ನಾಡಲು ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿದ್ದವರಿದ್ದರು. ಕೆಲವರು ಅತಿ ಕಡಿಮೆ ಪದಗಳನ್ನು ಉಚ್ಚರಿಸಬಲ್ಲವರಾಗಿದ್ದರು. ಕೆಲವರು ಮೂಕರಾದವರು ಸಂಜ್ಞೆಗಳ ಮೂಲಕ ಚರ್ಚಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಹೀಗೆ ಬೇರೆಬೇರೆ ಬಗೆಯ ಸಂವಹನದ ಸಾಮಥ್ಯವುಳ್ಳವರನ್ನು ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸಿದಾಗ ಇದು ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಸವಾಲನ್ನೊಡ್ಡಿತ್ತು . ಬಹಳ ಸಮಯ ಹೆಣಗಾಡಿ ಕೊನೆಗೆ ಬಹು ಸಮರ್ಪಕ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರು ಸಂವಹನ ಮಾಡುವವರೆಗೆ ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಕಾಯಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂವಹನ ಚತುರತೆಗೆ ಯೋಗ್ಯವಾದ ತಳಹದಿಯಾಗಿ ಗುಂಪಾಗಿ ಕುಳಿತು ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯೆ ಅಡ್ಡ ಮಾತನ್ನಾಡದೆ ಬಹಳ ತಾಳ್ಮೆಯಿಂದ ಕುಳಿತು ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ರೂಡಿಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಇದು ತೊದಲುವವರ, ಮೂಕರ ಹಾಗೂ ಸಭಾಕಂಪನ ಇರುವವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಸಂಗ್ರಹಣೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮತ್ತೊಬ್ಬರು ಅವರ ಪರವಾಗಿ ಮಾತನಾಡಲು ಅವಕಾಶ ನೀಡದೆ ಅವರವರೆ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ ಅವಕಾಶ ನೀಡುವುದು ಮಾನದಂಡ ವಾಗಬೇಕು .

ಇದು ಎಲ್ಲರನ್ನು ಮಾತನಾಡುವಂತೆ ಪ್ರೇರೇಪಿಸಿ ತಮ್ಮ ಅಂತರ್ಗತ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಯೋಚನೆಗಳನ್ನು ಅಳುಕಿಲ್ಲದೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಸೂಕ್ತ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುತ್ತದೆ.

ಎಲ್ಲರೂ ವೈಕಲ್ಯತೆಯೊಂದಿಗೆ ಸೆಣೆಸುವ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಒಗ್ಗೂಡಿರುವುದು ಸಹಾ ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರನ್ನು ಬೆಸೆಯುತ್ತದೆ. ಇದರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಅನುಭವಗಳೂ ಅವರು ಮಾತನ್ನಾಡಲು ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತದೆ.

ಈ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ ತೆರೆದ ಮನಸ್ಸುಗಳಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಭಾಷೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗದೆ ಅದನ್ನೂ ಮೀರಿದ ವಾತಾವರಣ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಬಾಂಧವ್ಯದ ಬೆಸುಗೆ

ನಾವು ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಅಂಗವಿಕಲರು ಹಾಗೂ ಅವರ ಪೋಷಕರು ಇವರ ನಡುವೆ ಬಾಂಧವ್ಯವನ್ನು ಬೆಸೆಯಲು, ಒಬ್ಬರು ಮತ್ತೊಬ್ಬರ ಜೀವನವನ್ನು, ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಒಂದು ವಿಧಾನವನ್ನು ರೂಪಿಸಿದ್ದೇವೆ.

ತೀವ್ರ ಹಾಗೂ ಸೌಮ್ಯ ಅಂಗವಿಕಲತೆಯುಳ್ಳವರು, ಇವರ ಯೋಗಕ್ಷೇಮ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಪೋಷಕರು, ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಬಾಷೆ ಮಾತನ್ನಾಡುವವರು, ವಿವಿಧ ವೈಕಲ್ಯತೆಯುಳ್ಳವರು, ವಿವಿಧ ಹಿನ್ನೆಲೆಗಳಿಂದ ಬಂದವರು, ಹಾಗೂ ವಿವಿಧ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದ ಬಂದವರು ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲ ಬಗೆಯ ಜನರೂ ಇರುವಂತಹ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುವುದು, ಅವರಿಗೆ ವಿವಿಧ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ನೀಢುವುದು ಈ ವಿಧಾನದ ಮುಖ್ಯ ಅಂಶಗಳು. ಈ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಎದುರಿಸುವುದು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿತ್ತು. ತೆಪ್ಪ ನಡೆಸುವುದು, ಕಾಲ್ನಡಿಗೆ ಪ್ರವಾಸ, ಬಂಡೆಗಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಹತ್ತಿಳಿಯುತ್ತಾ ಸಾಗುವುದು, ಮುಂತಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತಂಡಗಳ ಸಹಭಾಗಿತ್ವದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲೇ ಬೇಕಾಗಿಬಂದಿತು. ಮುಂದೆ ಸಾಗಲು ಸಮ ಸಮವಾಗಿ ಹುಟ್ಟು ಹಾಕಲೇಬೇಕಾದ ಅನಿವಾರ್ಯತೆ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಯಿತು. ಹಾಗೆಯೇ ಬಂಡೆಗಲ್ಲುಗಳ ಮಧ್ಯೆ ಸಾಗಬೇಕಾದಾಗ ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರು ಸಹಕಾರ ನೀಡುವುದು ಅತ್ಯಗತ್ಯವಾಯಿತು. ಇದು ಗುಂಪಿನ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರನ್ನೊಬ್ಬರು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಅಡಿಪಾಯವಾಯಿತು ಇದು ಒಬ್ಬರ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತೊಬ್ಬರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಲು ಅನುವು ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಿತು. ಪರಸ್ಪರ ಗೌರವ ಬೆಳೆಯಿತು. ಭಾಂದವ್ಯ ಬೆಸೆಯಿತು.

A group of specially abled teenagers undertook a trekking expedition to the Pushpagiri range recently. NOMITO KAMDAR narrates the trials and the [illegible]

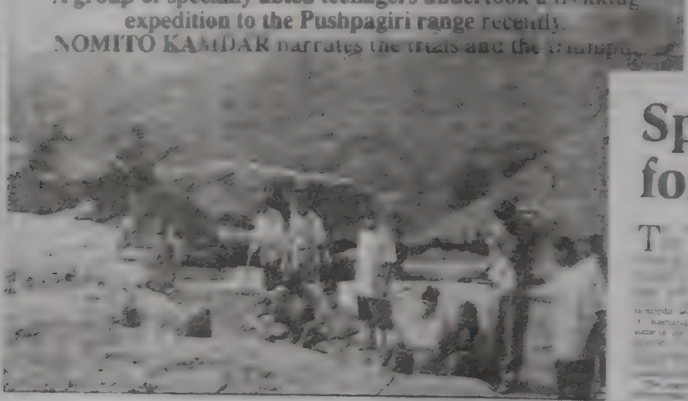


Photo by [illegible]

THEY had all gathered like the monsoon clouds. Ready to shoot, just waiting for the cue. When I first greeted them at 4 am in the morning at the Somwarpet bus station, they were still sleepy-eyed perhaps dreaming of the adventurous days and encounters that were in store for them.

"When are we starting?", cried restless Vani. As if echoing her thoughts my colleague Sudarshan of "The Adventurers" had the jeeps and was waiting to roll. Our caravan sped past the curvaceous ghats, threading its way through tiny Kodava villages. I tried to recall my encounters with specially abled groups. Deep inside I knew that this one was going to be a little more challenging than the rest.

Here was a group of 25 teenagers with varying disabilities. Most were orthopaedic [illegible] (polio [illegible]) and they were dependent on crutches as well as calliphers. Added to this they hailed from economically weaker sections of society. How would they respond to an activity like this? What would make this a special learning experience for them besides being a fun trip?

While my mind was preoccupied with these thoughts our caravan had reached the foot of the Shantamallikarjuna temple nestled in the undulating hills of the Pushpagiri ranges. Our adventure was about to unfold.

I tried not to get too philosophical in my initial briefing to the group. This was also my first opportunity to take a closer look at my team members. I told them of the challenges that lay ahead. It was a fine balancing act as I had to paint a realistic picture without making them feel that the goals were unattainable. In the process I planted two thoughts into their minds hoping that these would empower them to achieve the supposedly "difficult to achieve" goals. The first, "the journey of a thousand miles begins with a single step" and the second "happiness is found along the way and not at the end of the road".

The ascend to the Shantamallikarjuna temple was a tricky one. The rugged path was strewn with pebbles and boulders. Campers shook, legs wobbled, hearts pounded. Most fell, those up lent a helping hand. Ultimately perseverance prevailed and by the end of the day we had made it to the precincts of the temple.

True to its name the temple is serenity personified. We considered ourselves lucky to be spending a few days in such tranquil yet grandiose setting. Overlooking the lofty Pushpagiri ranges, home to a variety of feathered friends, it seemed as if a piece of heaven had slipped and fallen on earth. All heaved sighs of relief as we setup camp at the Shantamallikarjuna temple. It was a flurry of activity for the next two hours. The group members moved back and forth fetching water, collecting [illegible] wood organising the campsite [illegible] preparing their meal. The day [illegible]minated with a warm and com[illegible]ing campfire where each one [illegible] could reflect on the events of [illegible] day. Exhausted they all s[illegible] blissfully unaware of the migh[illegible] challenges and loftier goals a[illegible] of them.

The gigantic Champak tre[illegible] the middle of the temple was [illegible] meeting place. We all assem[illegible] there to chart out our action [illegible] and goals for the day. Our dest[illegible]tion for the day was M[illegible] a waterfall tucked in [illegible] the jungle. I describe[illegible] the waterfall and a[illegible] group had to decide [illegible] make it all the way [illegible] arduous trek is to s[illegible] The intensity of the tr[illegible] pounded by the disa[illegible] what they lacked phy[illegible] made up through the[illegible] camaraderie. Inching [illegible] the waterfall they mad[illegible] ter half a day's trekk[illegible] bined sense of disbelie[illegible] plishment overcame t[illegible] arrival at the falls. T[illegible] and rejoiced oblivious [illegible] that had to trek again [illegible] back to the temple. A[illegible]pleted the trek at the foothills where they had commenced the saga.

While we were touched by the generosity of the villagers, our team confounded all critics who thought it was not wise to trek in these jungles with disabled teenagers. The co-ordinators of the Association of People with Disability played their roles perfectly by nudging, inspiring and pushing only when necessary. Says Ms Kamakshi one of the co-

Album: Think like a girl

Special activities for special people

[illegible]

Nomite Kamdar [illegible]

CITY/PE[illegible]

When the spirit overcomes a handicap

From Our Staff Reporter

BANGALORE, July 17

"We have shown that even the disabled can undertake adventures in the forest." This was what the polio-affected slum children who participated in a three-day adventure camp in the forests of Western Ghats recently, unanimously said.

This project was organised by the Association of the Physically Handicapped (APH) under their Urban Slum Dwellers Outreach Programme [illegible]. The local adventure club "The Adventurers" conducted this camp at Honnem[illegible] in Shimoga district.

The camp had the objective to build self-confidence in these disabled children. [illegible] polio-affected children, including four girls, trekked [illegible] km in the forest from [illegible].

[illegible] of polio has to depend on crutches. A resident of [illegible], he said it was his brother, a soldier in the Army, who motivated him to attend the camp. It was an unforgettable experience for him. "For the first time in my life I have come across such a [illegible] environment," he said.

[illegible] unforgettable incident [illegible] the camp [illegible] disaster.

A diploma student of computer science in the [illegible] Attending the camp, he said, helped him gain confidence in life. "I found the camp exciting.

Though it was strenuous in the early part of the trek, I gained confidence as we proceeded," said Madhiazhagan who uses "callipers" as his walking aid. Madhiazhagan, a student of the Government Arts and Science College, mentions [illegible] opposed him in his endeavour [illegible] when the volunteers of "The Adventurers" convinced them about the objective of the [illegible].

[illegible] This [illegible] said. "far from the crowded city, polluted lanes, and [illegible] the locale was a pleasant contrast. The [illegible] birds, and the sound of the wind had [illegible] him the most."

[illegible]

A disabled boy is all enthusiastic about trekking in difficult terrain.

[illegible]

ಒತ್ತಡಗಳು ಮತ್ತ ಭಾವೋದ್ವೇಗಳ ಸಮತೋಲನ

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಾಹಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯೂ ಸ್ವಲ್ಪದಿಂದ ಹೆಚ್ಚೆಚ್ಚು ಆತಂಕಕಾರೀ ಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೆಜ್ಜೆ ಹೆಜ್ಜೆಗೂ ಮುಂದೊಡ್ಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ.

ಕಾಲ್ನಡಿಗೆ ಪ್ರವಾಸದಲ್ಲಿ ಅದು ನಾವು ಸಾಗಬೇಕಾದ ದಿಕ್ಕು ತಪ್ಪಿ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ಕಳೆದುಹೋಗಬಹುದಾದ ಆತಂಕ ಎದುರುಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಬಂಡೆಗಳ ಮೇಲೆ ಹತ್ತಿಳಿಯುವಾಗ ಜಾರಿ ಬೀಳುವ ಮೂಲಕ ಪೆಟ್ಟು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಹೆದರಿಕೆ ಮನೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಆಳವಾದ ನೀರಿನಲ್ಲಿಳಿಯುವಾಗ ಜೀವಭಯ ಎದೆ ನಡುಗಿಸುತ್ತದೆ. ತೆಪ್ಪಗಳಲ್ಲಿ ತಲೆಕೆಳಕಾಗುವ ಆತಂಕ ಇರುತ್ತದೆ. ನಾವು ಸಾಗಬೇಕಾದ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಸಾಗದಿರುವ ಕ್ಷಣಗಳು ಒತ್ತಡ, ಆತಂಕಗಳನ್ನು ಇಮ್ಮಡಿಸುತ್ತವೆ. ನಿಮಗೆ ಒತ್ತಡದ ಹಾಗೂ ಭಾವೋದ್ವೇಗದ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಮಾಡುತ್ತವೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ವಿಕಲಾಂಗರ ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಆತಂಕಗಳು ಮತ್ತೂ ಹೆಚ್ಚು. ಇವು ಸುಪ್ತವಾಗಿದ್ದು ಈ ಆತಂಕದ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೋಪ ತಾಪಗಳಿಗೆ ಎಡೆ ಕೊಡದೆ ರಚನಾತ್ಮಕ ವಾಗಿ ಈ ಭಾವನೆಗಳ ದಿಕ್ಕು ಬದಲಿಸುವ ಮೂಲಕ ದೈಹಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತಹ ಉತ್ತಮ ರೀತಿಯ ವಿನಿಯೋಗವನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಅವುಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ತಂಡದ ಬೆಂಬಲದಿಂದ ಅನಾಯಾಸವಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸಲು ಕಲಿಸಿ ಕೊಡುತ್ತವೆ.

ನಿಜ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳನ್ನು ಇದಕ್ಕಿಂತ ಸುಲಲಿತವಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಗಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಪ್ರೇರೇಪಿಸುತ್ತದೆ.

ಸ್ವಯಂ-ಅರಿವು

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ತಮ್ಮ ಶಕ್ತಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಒಂದು ಗಡಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಈ ನಿರ್ಧಾರಗಳು ಹಲವು ಬಾರಿ ಅವರವರ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿನ ಜನರು ಕೊಡುವ ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಹಾಗೂ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ರೂಪುಗೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ಅದು ಅಂಗವಿಕಲರ ವಿಚಾರದಲ್ಲಿ ವಿಪರೀತ ಹೆಚ್ಚು. ನಿನ್ನ ಕೈಲಿ ಇದಾಗಲ್ಲ. ನಿನಗೆ ಇದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದ ಕೆಲಸ, ನೀನು ಅಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಬೇಡ ಹೀಗೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಅಂಗವಿಕಲರನ್ನು ಹಿಂದಕ್ಕೆಳೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಹೊರಾಂಗಣ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಗುಡ್ಡಗಳನ್ನು ಹತ್ತುವಾಗ, ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಈಜುವಾಗ, ದೋಣಿಯನ್ನು ನಡೆಸುವಾಗ, ನದಿಯನ್ನು ಹಗ್ಗದ ಸಹಾಯದಿಂದ ದಾಟುವಾಗ ಪ್ರತಿ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲೂ ನಾವು ಎಷ್ಟು ಶಕ್ತರು ಎಂಬುದು ಅವರಿಗೆ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ.

ಎಲ್ಲಿಯವರೆವಿಗೆ ಸಾಮರ್ಥ್ಯದ ಗಡಿಯನ್ನು ಹಿಗ್ಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಅಥವಾ ಕುಗ್ಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಎಂಬ ವಿಷಯ ಅವರಿಗೆ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಅರಿವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಅಂಗವಿಕಲರಲ್ಲದವರ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ನಿಜ ಎನ್ನುವಾಗ ಅಂಗವಿಕಲರ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ನೂರು ಪಾಲು ನಿಜ. ಈ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಅವರ ತಂದೆ ತಾಯಂದಿರು ಇದ್ದರೆ ಅವರಗೂ ಪರಮಾಶ್ಚರ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮದೇ ಬಗೆಯಲ್ಲಿ ಸುತ್ತಲಿನಲ್ಲಿರುವ ಹಲವರನ್ನು ಕಂಡಾಗ ನಾನು ಒಂಟಿಯಲ್ಲ ನನ್ನಂತೆಯೇ ಹಲವರಿದ್ದಾರೆಂಬ ಸಮಾಧಾನ ಮೂಡುತ್ತದೆ.

ಹೊಸ ಸನ್ನಿವೇಶ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿಯೂ ಸುಲಲಿತವಾಗಿ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳ ಬಲ್ಲವೆಂಬ ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸ ಒಡಮೂಡುತ್ತದೆ.

ಎಂದೆಂದೂ ಪ್ರಯತ್ನಿಸದ ನಮ್ಮ ಬಗೆಗಿನ ಹೊಸ ಬಗೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳ ಅರಿವು ನಮ್ಮ ಪೂರ್ವ ನಿರ್ಧಾರಿತ ಗಡಿಯನ್ನು ಮೀರಿದ ವ್ಯಾಪ್ತಿಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಕೊಂಡೊಯ್ಯುತ್ತವೆ.

ಮತ್ತೊಂದು ವಿಧಾನ ಹೀಗೆ ರೂಪಿಸಿದೆವು.

ವಿಕಲಾಂಗರ ಇಡೀ ಗುಂಪನ್ನು ವಿಕಲತೆ, ಶಕ್ತಿ, ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಸಮವಾಗಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಸೂಚಿಸಲಾಯಿತು. ನಂತರ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ದ್ವೀಪವೊಂದನ್ನು ತಲುಪಿ ಹಿಂತಿರುಗಿ ಬರುವಂತೆ ಸೂಚಿಸಲಾಯಿತು. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿರುವವರು ಅವರವರ ಗುಂಪಿನವರನ್ನು ಕಾಳಜಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಸುರಕ್ಷತೆಯಿಂದ ಯಾರೂ ಹಿಂದಾಗದಂತೆ, ಹೆದರದಂತೆ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಕರೆತರುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ನೀಡಲಾಯಿತು. ಇದು ಅವರಲ್ಲಿನ ಹಲವು ಬಗೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿತು. ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸುವ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಸಮರ್ಥರಾಗಿದ್ದರೆ, ಕೆಲವರು ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ಚುರುಕಿದ್ದು, ಮತ್ತೂ ಕೆಲವರು ಯೋಜನಾಬದ್ಧವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬಲ್ಲವರಾಗಿದ್ದರು. ಉಳಿದ ಕೆಲವರು ಈ ಎಲ್ಲಾ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯರೂಪಕ್ಕೆ ತರುವಲ್ಲಿ ಶ್ರಮಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಹೀಗೆ ಕೊಟ್ಟ ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸಬೇಕಾದ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ, ನಿರ್ಧಾರ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಬೇಕಾದ ಸಲಹೆಗಳಿಗಾಗಿ ತಂಡದ ಎಲ್ಲರೂ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಒಳಗೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಕಾರಣದಿಂದ ಎಲ್ಲರೂ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಅನಿವಾರ್ಯತೆ ಉಂಟಾಯಿತು. ಇದು ಅವರ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿಪೂರ್ವಕ ಬೆಸುಗೆಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡಿತು. ಒಂದು ಬಗೆಯ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಚುರುಕಾಗಿದ್ದವರು ಮತ್ತೊಂದು ಬಗೆಯ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನೋಡಿ ಕಲಿಯಲು ಇದು ಸಹಕಾರಿಯಾಯಿತು. ಜೊತೆ ಜೊತೆಯಾಗಿ ಒಬ್ಬೊಬ್ಬರಲ್ಲಿಯೂ ತಾವು ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಭಾಗವಾದುದರಿಂದ ಸ್ವತಃ ತಾವು ಈ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಶಕ್ತರೇ? ನನ್ನ ದೈಹಿಕ ಸಾಮಥ್ಯ ಈ ಪ್ರಯತ್ನಕ್ಕೆ ಸಹಕಾರ ನೀಡಬಹುದೇ? ಅಥವಾ ತಾವು ಇತರರ ಪ್ರಯತ್ನಕ್ಕೆ ತೊಡರುಗಾಲಾಗಬಹುದೇ? ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಲು ತನ್ನ ಕೊಡುಗೆಯೇನು? ಹೀಗೆ ಅವರಲ್ಲಿ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಮೂಡಿಸಿ ತನ್ಮೂಲಕ ಸರಿಯಾದ ನಿರ್ಧಾರ ಮಾಡ ಬೇಕಾದ ಅನಿವಾರ್ಯತೆ ಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಮಾಡಿ ಮುಂದೆ ಸಮಸ್ಯೆಯ ಪೂರ್ವಾಪರಗಳನ್ನು ಹಲವು ಕೋನಗಳಿಂದ ವಿಮರ್ಶೆಗೊಳಪಡಿಸಿ ಸುಗಮವಾಗಿ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಬಗೆಹರಿಸುವುದರ ಒತ್ತಡ ತಂತ್ರಗಾರಿಕೆಯು ಅವರಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ಗತವಾಗಿರುವ ಮೇಲಿನ ಕೌಶಲ್ಯಗಳಿಗೆ ಸಾಣೆ ಹಿಡಿಯುವ ಮೂಲಕ ಮೊನಚನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಚಿಕಿತ್ಸಕ ಉಪಯೋಗ

ಸಾಹಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಸ್ವಸಾಮಥ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಾಸ ಮೂಡಿಸಿ ಸ್ವಾಭಿಮಾನದ ಬದುಕಿಗೆ ತಯಾರು ಮಾಡುತ್ತದೆ.

‘ಕ್ಯಾಂಪ್ ಫೈಯರ್’ ಮುಂದೆ ಹೃದಯದಿಂದ ಹೊರಬಂದ ಹಾಡು

Be self-reliant and improve capacity, says Ponnuraj

SHIMOGA: Deputy Commissioner V Ponnuraj has called upon physically challenged persons to inculcate self-reliance and capacity which they learn in camp, in their real life.

He was speaking at a programme on nature [illegible] through adventure sports activities for physically challenged [illegible] organised by the Bharatiya Sahasa Samanvaya Kendra, in Shimoga on Friday.

The DC said the physically challenged should not feel bad or depressed over their shortfalls, and accept it as god's gift. They should become mentally strong and be self-reliant. Every individual was bestowed with one or the other speciality. They should live using it. At the same time, the way in which the society looks at the physically challenged, should also change.

He said it was heartening to note that thousands of students are doing research at the Bharatiya Sahasa Samanvaya Kendra on utilities of sports related activities for the wellbeing of the special persons.

Jilla Kannada Sahitya Parishat President [illegible] was present. Kuvempu Study Centre's Chairman Dr H C Boralingaiah presided. Kendra President Dr S L N Swamy and Social Worker Moogimani were present.

Madhu, a ninth standard student who is participating in the camp, said it gave him a new experience. Spending time amid nature for a few days was memorable.

Participation certificates were distributed to 34 persons.

DH News Service

[illegible] Students participating in an interaction organised by the Bharatiya Sahasa Samanvaya Kendra, in Shimoga on Friday. DH photo

1562-8

'Adventure is a platform to build confidence'

FACE-TO-FACE

S L N Swamy is a person famous for promoting adventure in Malnad region. He was elected to the Ashoka Fellowship in 1995. He has established an environmental [illegible] programme [illegible] urban Indians committed to conserving the endangered rainforests.

He has also established The Indian Institute for Adventure Applications, the environmental management training programme.

The New Indian Express reporter Ancy A Johnson talked to him on his expeditions. Some excerpts:

What is the Adventurers all about?

The Adventurers is an eco-tourism organization with wilderness school [illegible] to provide [illegible] nature. It offers land water [illegible]

[illegible] trekking, rock climbing, coastal hiking, swimming, canoeing, rafting, kayaking and wind surfing. The Adventurers has [illegible]

[illegible] has thought of [illegible] them on into the [illegible]

We [illegible] state [illegible] trained in [illegible] But I think [illegible] they [illegible]

[illegible] perience it.

[illegible] package for them?

Nothing different from others. Disabled persons too have to walk on same stony road at the place, [illegible] the small hills, swim in water, play and learn many games to develop their confidence level.

I even restrict people accompanying them to carry them at stop to the place. I want them to walk and experience the pain and learn things naturally.

We are training such special people to conduct the camp too. At present [illegible] They will later teach other disables to get into adventures. They will inspire them more than normal trainers.

Why do you choose adventure and aqua-sports for them?

This is the only sport where you do not feel your body weight. The body floats in water. With the help of life jacket any disable can stay in water for hours together. This will make them feel the pleasure. It is a psychological method for capacity building.

Instant adventures develop the level of confidence. All are capable of doing things, but they fail to know their capacity. We play a role of medium to bring it out.

Do you think nature should be part of education?

Our education system is one where we try to control. There is no scope for freedom. We never allow a student to learn things by himself. Our centre has only motto, we make people experience all by own, reach nature and learn by themselves.

Had you conducted any such [illegible]

We had adopted Shettihalli school and conducted camps for the students. Children were so influenced that they demanded teachers to explain each and every thing with practical examples. The children too developed a love towards nature and at one situation they stood together against killing a snake which entered their school.

Who all can visit to relish life of Honnemaradu?

Anybody with love towards nature and pursuit of knowing it better can join us at Honnemaradu.

There is a big and strict no for smoking, littering, alcohol, non vegetarian [illegible] at the school. I am [illegible] against the use of plastic and eatable served in it. So ask people not to defile the place with it.

The place has a capacity of 60 people, but we admit only 30 so that we can live there without hurting the environment.

How is this useful for professionals?

Using adventure as a [illegible] bridge [illegible] with their professionals [illegible]

About 400 schools and 100 colleges from Karnataka are associated with The Adventurers. About [illegible] management and corporate training programme were conducted.

ಉಪಯೋಗ ಮಾಡದಿರುವುದರಿಂದ ಜಡ್ಡುಗಟ್ಟಿದಂತಾದ ಅಂಗಾಂಗಳು ಉಪಯೋಗ ಮಾಡುವಂತಾಗಲು ವೈದ್ಯರು ಫಿಸಿಯೋಥೆರಪಿಯ ಮೊರೆ ಹೋಗಲು ಸೂಚಿಸುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಇಲ್ಲಿ ಅವರು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾಗುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಸಾಹಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತಮ್ಮಷ್ಟಕ್ಕೆ ತಾವೇ ಗಮನಕೊಟ್ಟು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಶಕ್ತಿಮೀರಿ ಪ್ರಯತ್ನಪಡುವುದರಿಂದ ಚಲಿಸುವ ಕೈಕಾಲುಗಳ ನಿರಂತರ ಪ್ರಯತ್ನದೊಂದಿಗೆ ಅಂಗಾಂಗಳ ಚಲನೆಯ ಮೇಲೆ ಹಿಡಿತವನ್ನು ಸಾಧಿಸಬಲ್ಲರು.

ಸಾಹಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಹೊರಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವುದರಿಂದ ಹಾಗೂ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಒರಟಾದ, ಮೃದುವಾದ, ನುಣುಪಾದ, ಬೆಚ್ಚನೆಯ, ಕೊರೆಯುವ ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರತ್ತ ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವುದರಿಂದ ಸ್ಪರ್ಶಜ್ಞಾನ ಚುರುಕಾಗುತ್ತದೆ. ಗಮನ ಕೊಟ್ಟು ವಿವಿಧ ಮಟ್ಟದ ಶಬ್ದಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಸುರಕ್ಷತೆಗಾಗಿಯಾದರೂ ಅತ್ಯವಶ್ಯವಾಗಿ ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದುದು ಅನಿವಾರ್ಯ ವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಈ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಅವರು ಗಮನವನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವುದರಿಂದ ಶಬ್ದಗ್ರಹಣ ಶಕ್ತಿಗೆ ಮೂಲವಾದ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು ಚುರುಕುಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ

ದೈಹಿಕ ಸುರಕ್ಷತೆ ಮೊದಲ ಆದ್ಯತೆಯಾದರೂ ಅಂತರ್ಗತವಾದ ಭಯ ಯಾವಾಗಲೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಹಿಂಬಾಲಿಸುತ್ತಿ ರುತ್ತದೆ. ಲೈಫ್ ಜಾಕೆಟ್ ಧರಿಸಿದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸಹಾ ಆಳವಾದ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಹೋದಾಗ ನಮ್ಮ ಕಾಲು ನೆಲವನ್ನು ಮುಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದಾಗ, ಸುರಕ್ಷತೆಗಾಗಿ ಹಗ್ಗ ಕಟ್ಟಿದ್ದಾಗಲೂ ಬಂಡೆಯನ್ನು ಹತ್ತುವಾಗ ಜಾರಿದ ಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ, ಟ್ರೆಕ್ಕಿಂಗ್ ಹೋಗುವಾಗ ಕಾಡಿನಲ್ಲಿ ಕಳೆದುಹೋದ ಅನುಭವವಾದರೆ ಮನಸ್ಸು ಜಾಗೃತವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ರೀತಿಯ ಸಂದರ್ಭಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಮುಖಾಮುಖಿಯಾದಷ್ಟೂ ಅಪಾಯವನ್ನು ಗ್ರಹಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವು ಚುರುಕುಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ತನ್ಮೂಲಕ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯವು ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ..

ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ಶ್ರಮ ಹಾಕಿದಾಗಲೂ ತೊಂದರೆ ಕೊಡುವ ಮಾಂಸಖಂಡಗಳು ಹಂತಹಂತವಾಗಿ ಶಕ್ತಿ ಪಡೆದುಕೊಂಡು ಬಲಿಷ್ಟವಾಗುತ್ತವೆ ವಿಕಾರ ಹೊಂದಿರಬಹುದಾದ ಸ್ನಾಯುಗಳ ಆಕಾರ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಮನೋವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿ

ಹೊರಾಂಗಣ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ದೈಹಿಕ ಕಸರತ್ತು ಮತ್ತು ಅನುಭವ, ಸಮಾಜ ಹಾಗೂ ಅನುಭಂದವನ್ನು ನಿಸರ್ಗದ ಮಡಿಲಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಸಂಯೋಜನೆಯು ಭಾವನಾತ್ಮಕ ದೈಹಿಕ ಹಾಗೂ ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸಕ ವಿಧಾನಗಳ ಮೂಲಕ ಪ್ರಾಪ್ತವಾಗುವ ಸಂಪೂರ್ಣ ಕಲಿಕೆ . ಹಾಗಾಗಿ ಇದರಲ್ಲಿ ಬಿಡಿ ಬಿಡಿಯಾಗಿ ಪ್ರತಿ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಾಗುವ ಕಲಿಕೆಯನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸಿ ತೋರಿಸಲಸಾಧ್ಯ

ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದುದು ದೈಹಿಕ ವಿಭಾಗ. ಕ್ಯಾಂಪ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವ ಸಾಹಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಹೊರತಾಗಿಯೂ ತಮ್ಮ ಇತರೆ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಾದ ಮುಖ ತೊಳೆಯುವುದು, ಸ್ನಾನಕ್ಕೆ ನೀರು ತರುವುದು, ಅಡುಗೆ ಮತ್ತಿತರ ಕಾರಣಗಳಿಗೆ ಕಟ್ಟಿಗೆ ಒಟ್ಟು ಮಾಡುವುದು ಹೀಗೆ ದೈನಂದಿನ ಆಗು ಹೋಗುಗಳಿಗೆ ದೇಹ ದಂಡನೆ ಅನಿವಾರ್ಯ ನಮ್ಮ ಅಡ್ವೆಂಚರರ್ಸ್ ಸಾಹಸ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಇದು ಕಡ್ಡಾಯ. ಇದು ದೇಹದ ಸ್ನಾಯುಗಳನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ದೇಹದಂಡನೆ ಯನ್ನು ಸಹಿಸಲು ಅವಶ್ಯಕವಿರುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಬಂಡೆಗಳ ಮೇಲೆ ಹತ್ತಿಳಿಯಬೇಕಿರುವ ಕಷ್ಟಕರ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಇಳಿಜಾರುಗಳಲ್ಲಿನ ಓಡಾಟದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ತಾವು ಇಡುವ ಹೆಜ್ಜೆಯ ಜೊತೆಗೆ ದೇಹದ ಚಲನೆಯತ್ತ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಒಂದು ದಿನದ ಸಾಹಸಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಹಲವು ಫಿಸಿಯೋಥೆರಪಿಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಗೆ ಸಮ ಇದು ನಡಿಗೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಂದೆಡೆಯಲ್ಲಿ ದೇಹದ ಚಲನೆಯ ಕಡೆಗೆ ಗಮನವನ್ನು

ಸೆಳೆದರೆ ಇನ್ನೊಂದೆಡೆಯಲ್ಲಿ ಅವರ ದೇಹದ ಸ್ನಾಯುವಿನ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೇಗೆ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದೆಂಬ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳ ಬಗೆಗೆ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುತ್ತದೆ. ತದನಂತರದಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ವಿಕಲತೆಯುಳ್ಳವರು ಸಂದರ್ಭಾನುಸಾರ ಕುಶಲತೆಯಿಂದ ಈ ಅರಿವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ಕಡಿಮೆ ಶ್ರಮದಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ದೂರ ಕ್ರಮಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ.. ಜೊತೆಗೆ ಕಷ್ಟಕರ ನಡಿಗೆಯು ಅವರಲ್ಲಿ ಹೊಸ

ತಿಳುವಳಿಕೆಗಳನ್ನು ಮೂಡಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಭರವಸೆಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ.

ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ನೆಲದ ಮೇಲಿನದಕ್ಕಿಂತ ಭಿನ್ನ. ನೀರಿನಲ್ಲಿ ದೇಹ ಹಗುರಾಗುತ್ತದೆ. ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮತ್ತೆ ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಬಗೆಯ ಚಲನವಲನಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಿರುವುದರಿಂದ ದಿನನಿತ್ಯ ದೇಹವನ್ನು ಚುರುಕಿನಿಂದಿಡಲು ಹೊಡೆದಾಡುವ ಅವಯವಗಳು ಪೂರ್ಣ ಹಗುರಾಗಿ ವಿಶ್ರಾಂತ ಸ್ಥಿತಿ ತಲುಪಿದರೆ, ಉಪಯೋಗವಾಗದೆ ಜಡ್ಡುಗಟ್ಟಿದ ಅವಯವಗಳು ಚಲನಶೀಲವಾಗುತ್ತವೆ. ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಈಜುವಾಗ ದೇಹವು ಹೊಸದಾದ ಚಲನೆಯನ್ನು ಅಪ್ರಜ್ಞಾಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ರೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದೇ ದೋಣಿಯಲ್ಲಿ ಕೂತು ಹುಟ್ಟು ಹಾಕುವಾಗ ಇವರು ಆಜ್ಞಾಧಾರಕರಾಗಿ ದೋಣಿಗಳನ್ನು ಚಲಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಹೇಳಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದನ್ನು ಕಾರ್ಯರೂಪಕ್ಕೆ ತರುವ ಬೊಂಬೆಗಳಂತೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ದೋಣಿಯ ಚಲನೆಯನ್ನವಲಂಬಿಸಿ ಅವರು ಸರಿಯಾಗಿರಲಿ ಅಥವಾ ತಪ್ಪೇ ಮಾಡುತ್ತಲಿರಲಿ ಅದು ತತ್ಕ್ಷಣವೇ ಗುರುತಿಸಿ ಸರಿಮಾಡಿ ಕೊಳ್ಳಲವಕಾಶವಿರುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಪ್ರತಿ ಹಂತದಲ್ಲೂ ತಮ್ಮ ದೇಹದ ಶಕ್ತಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹಾಗೂ ದುರ್ಬಲತೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಬಂದು ಅದನ್ನು ಹೇಗೆ ಉತ್ತಮ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕೆಂಬ ಅರಿವು ಮೂಡುತ್ತದೆ.

ಹೊರಾಂಗಣ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಎಂದಿಗೂ ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ವಿಕಲಚೇತನರಿಗಾಗಿ ಏರ್ಪಡಿಸಲಾದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಅವರುಗಳು ಒಬ್ಬರನ್ನೊಬ್ಬರು ಆಧರಿಸಿಕೊಂಡು ಒಡನಾಡಬೇಕಾದ ಅನಿವಾರ್ಯತೆ ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗುತ್ತವೆ ಅಂಗವಿಕಲನೊಬ್ಬನಿಗೆ ಮಾನಸಿಕ ವಿಕಲತೆಯುಳ್ಳವನು ಬೆಟ್ಟವನ್ನೇರುವಾಗ ಕೈ ನೀಡಿ ಸಹಕರಿಸುವುದು ಕಂಡುಬಂದಂತೆಯೇ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಅಂಗವಿಕಲತೆಯುಳ್ಳ ಮನುಷ್ಯ ಮಾನಸಿಕ ವಿಕಲತೆಯುಳ್ಳವನಿಗೆ ವಿವರಿಸುವುದನ್ನು ನೋಡಬಹುದು. ಇಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರ ದುರ್ಬಲತೆಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ತೆರೆದಿಟ್ಟ ಪುಸ್ತಕವಿದ್ದಂತೆ ಒಬ್ಬರಿಗೊಬ್ಬರು ಸಂಭಾಷಣೆಯ ಮೂಲಕ, ಮುಖಕ್ಕೆ ರಾಚಿದಂತೆ ಗೋಚರವಾಗುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮೂಲಕ ಅವರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ವ್ಯವಹರಿಸುವ

ಜಾಣ್ಮೆಯನ್ನೂ ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಇಲ್ಲಿ ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ವಾತಾವರಣವು ತಾನಾಗೇ ಸೃಷ್ಠಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ದೈಹಿಕ ಅಂಗವಿಕಲನ ಊರುಗೋಲನ್ನು ಕಿವುಡುತನವುಳ್ಳವರೊಬ್ಬರು ಎತ್ತಿಕೊಡುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರು ಮತ್ತೊಬ್ಬರ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಂವೇದನಾಶೀಲರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೊಡನೆ ಸೂಕ್ತ ರೀತಿಯ ನಡವಳಿಕೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಹೊಸ ಬಗೆಯ ಅನುಭವಗಳು ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಸಂವಹನಕ್ಕೆ ಕಾತರಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದೂ ನೀರಿನಲ್ಲಿಳಿದಾಗ ಕೂಗುವ ಮೂಲಕ ಸಂತಸವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ ರೀತಿಯಿರಬಹುದು, ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದಿರಬಹುದು ಹಾಗೂ ಆತ್ಮೀಯವಾಗಿ ಅಂತರಂಗದ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಂದರ್ಭಗಳಿರಬಹುದು ಇದು ಸುತ್ತಲಿನಲ್ಲಿರುವವರನ್ನೆಲ್ಲಾ ಭಾವಾವೇಶದಲ್ಲಿ ಬಾಗಿಗಳಾಗಿಸಿ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಮಾತನಾಡಲು ಪ್ರಚೋದಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮಾತನ್ನಾಡಲಾಗದ ಮೂಕನೂ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿ ಅವನ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ನಿರ್ಬಿಢೆಯಿಂದ ಅವನದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುವ ಧೈರ್ಯವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ..

ಇಲ್ಲಿ ಹಲವು ಕ್ರಿಯೆಗಳಿಗೆ ತತ್‌ಕ್ಷಣವೇ ನೇರ ಪರಿಣಾಮವನ್ನೆದೆರಿಸ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ ಸಣ್ಣ ವಿಚಾರಗಳಾದ ಕಾಲ್ನಡಿಗೆ ಪ್ರವಾಸದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಗುಡ್ಡ ಹತ್ತುವಾಗ ನೀರಿನ ಬಾಟಲಿಯಲ್ಲಿ ನೀರು ಮುಗಿದು ಹೋದ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ನೀರನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಪರಿಜ್ಞಾನವುಂಟಾಗುತ್ತದೆ. ಅಥವಾ ನೀರಿನ ಮಿತ ಬಳಕೆಯತ್ತ

ಗಮನಬರುತ್ತದೆ. ಇದು ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿನ ಕಲಿಕೆಯಂತೆ ಇದರ ಪರಿಣಾಮ ಮೃದುವಾಗಿರದೆ ತುಂಬಾ ಒರಟುತನದಿಂದ ಕೂಡಿರಬಹುದು. ಆದರೆ ಈ ಬಗೆಯ ಒಂದನ್ನೊಂದನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದ ಕ್ರಿಯೆ ಅದರ ತೀವ್ರ ರೀತಿಯ ಪರಿಣಾಮದ ಕಾರಣದಿಂದ ಮಾನಸಿಕ ವಿಕಲತೆಯುಳ್ಳವರು ಗುರುತಿಸಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸುಲಭದಲ್ಲಿ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳ ಮೂಲಕ ಕಲಿಕೆ ಇಷ್ಟೆಲ್ಲಾ ಅನುಭವದ ಮೂಲವಾದ ಹೊರಾಂಗಣದ ಕಲಿಕೆಯ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಸಾರಿ ಹೇಳುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತಿರುವಾಗ ವಿಕಲಾಂಗರು ಹೆಚ್ಚು ಪರಾವಲಂಬಿಗಳು ಎಂದು ಹೀಗಳೆಯಲ್ಪಡುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಅವರು ಅಪಾಯಕ್ಕೊಡ್ಡಲು ಇಷ್ಟಪಡದ ಹೊಸ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಿಂದ ವಂಚಿತರಾಗುತ್ತಾ ಅಲ್ಪ ಸುಖ ಮತ್ತು ಆರಾಮಾದ ಜೀವನದ ದಾರಿ ಹಿಡಿದು ಪ್ರಯತ್ನಗಳ, ಸ್ವಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳ ಅನ್ವೇಷಣೆಯಿಂದ ವಂಚಿತರಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ಕೊನೆಗೆ ಇದು ನನ್ನಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾಗದ ಕೆಲಸವೆಂಬ ಅನಿಸಿಕೆಗೆ ಮಾರ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ಸಮಾಜದ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆ

ಜಾವೇದ್ ಅಬಿದಿಯವರು ಮತದಾರರಾಗಿ ಅಂಗವಿಕಲರು ಅಭಿಯಾನದಲ್ಲಿ ಕಂಡುಕೊಂಡ ಸತ್ಯಗಳೆಂದರೆ ತಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಊನಗೊಂಡ ಒಬ್ಬ ಸದಸ್ಯ ಇರುವುದು ಗೌರವಕ್ಕೆ ಕುಂದು ಬರುವ ಸಂಗತಿ. ಹಾಗಾಗಿ ಅದನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನವಾಗಿ ಅಂಗವಿಕಲರನ್ನು ನಾಲ್ಕು ಗೋಡೆಗಳಿಗೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿಟ್ಟು ಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದರು. ಸಮೀಕ್ಷೆಗಳಿಗೆ ಹೋದಾಗ ಆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಊನವಿರುವ ಸದಸ್ಯನಿರುವನೆಂಬ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಅವರನ್ನು ಗುಪ್ತವಾಗಿ ಮುಚ್ಚಿಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಈ ಬಗೆಯ ನಡವಳಿಕೆ ಬಡ ಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲಿ ಅದರಲ್ಲೂ ಸ್ಲಂಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದಿತು. ಅವರಿಗೆ ಭವಿಷ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂಬುದು ಅವರ ನಂಬುಗೆಯಾಗಿತ್ತು. ಅವರನ್ನು ಹೇಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕೆಂಬುದರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಗೊಂದಲಗೊಂಡಿದ್ದರು. ಈ ಮನಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಲು ಈ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ಹಲವಾರು ಜಾಗೃತಿಗೊಳಿಸುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳಲಾಯಿತು. ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ಆದ್ಯತೆ ಸ್ಥಳೀಯವಾಗಿ ಓಡಾಡಲು ಉಚಿತ ಬಸ್ ಹಾಗೂ ರೈಲಿನ ಪಾಸ್‌ಗಳು ಮಾಸಾಶನ, ಅವರಿಗಾಗಿಯೇ ಮೀಸಲಾದ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಇನ್‌ಕ್ಲೂಸೀವ್ ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಪ್ರಮುಖ್ಯತೆ ನೀಡಿದ ಶಿಕ್ಷಣ ಹೀಗೆ ಅಂಗವಿಕಲರಿಗೆ ಬಗೆಬಗೆಯ ಸವಲತ್ತುಗಳನ್ನು ದೊರಯುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲಾಯಿತು. ಇದು ಮೇಲಿನ ಎಲ್ಲಾ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸಿದೆಯೆಂದಲ್ಲ ಆದರೆ ಬಹಳಮಟ್ಟಿಗೆ ಬಡ ಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡಿಹಾಕಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದ ಸದಸ್ಯರನ್ನ ಸೂರ್ಯನ ಬೆಳಕಿನಡಿಗೆ ತರಲು

ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು.. ಈ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ವಿಕಲಾಂಗರಿಗಾಗಿ ಮೀಸಲಿಟ್ಟ ಥೆರಪಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಅವರ ಸುತ್ತ ಮುತ್ತಲಿನಲ್ಲಿರುವ ಬಳಗಕ್ಕೆ ಕಣ್ಣು ತೆರೆಸುವಂತೆ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ. ಯಶಸ್ವಿಯಾಯಿತು. ಮತ್ತು ಸ್ವತಃ ವಿಕಲಾಂಗರಿಗೇ ತಮ್ಮ ಶಕ್ತಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಮತ್ತಿತರ ಜೀವನ ಕೌಶಲ್ಯಗಳನ್ನು ರೂಡಿಸಿ ಅವುಗಳಿಂದ ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ನಿಭಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಯಾರು ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಸಾಹಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಾಗವಹಿಸುವ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ಕೆಲವು ಅಂಗಾಂಗಗಳಿಗೆ ಚೈತನ್ಯ ಮೂಡಿಸುವಂತಹ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ವಿಕಲಚೇತನರಿಗೆ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿವೆ. ಅತಿಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಮಾನಸಿಕ ಚೈತನ್ಯವನ್ನು ಚುರುಕುಗೊಳಿಸುವ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಪರಿಹಾರವಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತದೆಂದೇನೂ ಅಲ್ಲ ಆದರೆ ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿ ವಿಕಲಾಂಗರ ಬದುಕನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸಿ ಅವರಲ್ಲಿ ಭವಿಷ್ಯದ ಬಗೆಗೆ ಆಶಾಕಿರಣವನ್ನು ಮೂಡಿಸುವಲ್ಲಿ ಶಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಚೈತನ್ಯದ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು

ದಿ ಅಡ್ವೆಂಚರರ್ಸ್ ಸಾಹಸಿ ಶಿಕ್ಷಣ ಶಾಲೆಯು ಸುಮಾರು ಎರಡೂವರೆ ದಶಕಗಳಿಂದ ರಾಜ್ಯದ ರಾಷ್ಟ್ರದ ವಿವಿಧ' ವಿಕಲಾಂಗ'ರೊಂದಿಗೆ ಸಂಬಂಧವಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಅವರ ಮುನ್ನಡೆಗಾಗಿ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಸಂಘ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಸಹಕಾರದೊಂದಿಗೆ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಮೊದಲಿಗೆ ಕೇವಲ ಕುತೂಹಲದಿಂದ ವಿಕಲಾಂಗರನ್ನು ಹೊರಾಂಗಣದಲ್ಲಿ ಸಾಹಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಎಳೆದು ತಂದ ನಾವು ಅವರುಗಳು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ ನಂತರ ತೋರ್ಪಡಿಸಿದ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಮುಂದಿನ ಹಂತವಾಗಿ ಜೀವನ ಕೌಶಲ್ಯ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆವು. ಇದು ಕೊಟ್ಟ ಫಲಿತಾಂಶದಿಂದ ಉತ್ತೇಜಿತರಾದ ನಾವು ವಿವಿಧ ಭಾಗೀದಾರರುಗಳಾದ ವಿಕಲಾಂಗರು, ಮನಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು, ಪೋಷಕರು ಹಾಗೂ ಇವರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಸರ್ಕಾರೇತರ ಸಂಘ ಸಂಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಜೊತೆ ಒಟ್ಟಾರೆಯಾಗಿ ಯೋಜಿಸಿ ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ಹಲವು ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲಾಗಿದೆ.

ಈ ಅಧ್ಯಯನದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಆಗಾಗ ನಿಶ್ಚಿತ ಅವಧಿಗೊಂದರಂತೆ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದ ಹೊರಾಂಗಣದ ಸಾಹಸಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ವಿಕಲಾಂಗರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಅವಕಾಶ ದೊರೆಯಿತು.. ಕಾಲ್ನಡಿಗೆ ಪ್ರವಾಸ, ಶಿಲಾರೋಹಣ, ಮತ್ತು ವಿಶಾಲವಾದ ಜಲಾಶಯದಲ್ಲಿ ಈಜುವಿಕೆ, ದೋಣಿ ನಡೆಸುವಿಕೆ ಕ್ಯಾಂಪಿಂಗ್, ಶಿಭಿರಾಗ್ನಿಕೂಟಗಳಲ್ಲಿ ವಿಕಲಚೇತನರು ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು. ದೈಹಿಕವಾಗಿ ವಿಕಲತೆ,

ಕಿವುಡು ಮೂಕ ದೃಷ್ಟಿಯಿಲ್ಲದ ಮಾನಸಿಕ ವಿಕಲತೆಯುಳ್ಳವರು ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಂಡಿದ್ದರು. ಈ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದಾಗ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ ಸಾರ ಸಂಗ್ರಹವೇ ಈ ವರದಿ. ಇದೇ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಜರ್ಮನಿಯ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ಹೊರಾಂಗಣ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ವಿಕಲಚೇತನರ ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಚಿಕಿತ್ಸಕ ಬದಲಾವಣೆಯ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಮಾರಿ ಕ್ರಿಸ್ಟೀನ್ ರಿನಾಸ್ ಒಂದು ವರ್ಷ ಕಾಲ ನಮ್ಮೊಟ್ಟಿಗೆ ಪೂರ್ಣಪ್ರಮಾಣದ ಸಮಯ ನೀಡಿ ನಮ್ಮೆಲ್ಲಾ ಅಧ್ಯಯನಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಹಕಾರ ನೀಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ನಾವು ಅಭಾರಿಗಳಾಗಿರುತ್ತೇವೆ.

ಡಾ. ಎಸ್.ಎಲ್.ಎನ್.ಸ್ವಾಮಿ
9448485508
ನೊಮಿಟೋ ಕಾಮದಾರ್
9449004748

'ದಿ ಅಡ್ವೆಂಚರರ್ಸ್' ಸಾಹಸಿ ಶಿಕ್ಷಣ ಶಾಲೆ

ಅಡ್ವೆಂಚರರ್ಸ್ ಸಾಹಸಿ ಶಿಕ್ಷಣ ಶಾಲೆಯು ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಅಂಗೀಕಾರ ಪಡೆದ ಒಂದು ಧಿಕೃತ ಸಂಸ್ಥೆ. ಕ್ಯಾಂಪಿಗ್, ಕಾಲ್ನಡಿಗೆ, ಪ್ರವಾಸ ಶಿಲಾರೋಹಣ, ಸೈಕಲ್ ಪ್ರವಾಸಗಳಿಂದ ೊದಲ್ಗೊಂಡು ಕೋರಕಲ್ ನಡೆಸುವುದು, ಕ್ಯಾನೋಯಿಂಗ್, ಕಯಾಕಿಂಗ್, ವಿಂಡ್ ಸರ್ಫಿಂಗ್‌ನಂತಹ ಲಕ್ರೀಡೆಗಳ ಮೂಲಕ ಯುವಜನರನ್ನು ಪರಿಸರದತ್ತ ಸೆಳೆದು ತನ್ಮೂಲಕ ಪ್ರಕೃತಿಯೊಂದಿಗಿನ ಡಿದುಹೋದ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಪುನಃ ಸ್ಥಾಪಿಸುವುದನ್ನು ಗುರಿಯಾಗಿಸಿಕೊಂಡು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಸಂಸ್ಥೆ ಗ ಮಕ್ಕಳು, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು, ಯುವಜನರು, ಶಿಕ್ಷಕರು, ಅಧಿಕಾರಿಗಳು, ಪೊಲೀಸ್ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು, ರ್ವಹಣಾಧಿಕಾರಿಗಳು, ಸ್ವಯಂ ಸೇವಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು, ಸಮುದಾಯ ಸಂಘಟನೆಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಹಲವರಿಗೆ ರಬೇತಿ ನೀಡಿದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯುಳ್ಳ ಸಂಸ್ಥೆಯಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯಾಗಿದೆ. ಪರಿಸರ ತಿಳುವಳಿಕೆ, ಸಾಹಸ ರಬೇತಿ, ಪರಿಸರ ಶಿಕ್ಷಣ, ಪರಿಸರ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮ, ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಬಗೆಗಿನ ಅಧ್ಯಯನ-ಉತ್ತೇಜನ ಬಂತಾಗಿ ಅನೇಕ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಯುವಜನರನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿ ತರಬೇತುಗೊಳಿಸುತ್ತಿರುವ ಹಾಗೂ ಆ ಮೂಲಕ ಪರಿಸರ ರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿರುವ ಈ ಸಂಸ್ಥೆಗೆ ಮೂರು ದಶಕಗಳ ಇತಿಹಾಸವಿದೆ. ಕೇವಲ ಕರ್ನಾಟಕ ಭಾರತದಲ್ಲಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ದೇಶ ವಿದೇಶಗಳ ಸಾಹಸ ಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಪರಿಸರ ಪ್ರಿಯರೂ ಇಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನ ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಸ್ತರಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಥಮ ಬಾರಿಗೆ ಪರಿಸರ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಸ್ಥಳೀಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಜ್ಞಾನಪದ್ಧತಿಗೆ ಒತ್ತು ಕೊಟ್ಟು ಜೀವವೈವಿಧ್ಯಕ್ಕೆ ಧಕ್ಕೆ ಬಾರದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅಂತರರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ುಣಮಟ್ಟಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ನೀತಿ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಿ ರಾಜ್ಯದ ಹೊನ್ನೆಮರಡುವಿನಲ್ಲಿ ಜಾರಿಗೆ ತರುವ ಮೂಲಕ ಅತ್ಯಂತ ಯಶಸ್ವಿ ಹಾಗೂ ಮಾದರಿ ಯೋಜನೆಯನ್ನಾಗಿ ನಿರೂಪಿಸಲಾಗಿದೆ.

992ರಲ್ಲಿ ಸರ್ಕಾರದ ಆಶಯದಂತೆ ಹೊನ್ನೆಮರಡುವಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲಾಗಿರುವ ಭಾರತೀಯ ಸಾಹಸ ಮನ್ವಯ ಕೇಂದ್ರ ಸಾಹಸ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮ, ಪರಿಸರ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮ, ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮ, ಆರೋಗ್ಯ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮ ಹಾಗೂ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮಗಳಂತಹ ್ರವಾಸೋದ್ಯಮದ ಪ್ರಕಾರಗಳನ್ನು ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ರೂಪಿಸಿ ಮಾದರಿಯಾಗಿ ಡೆಸಿಕೊಂಡು ಬರುತ್ತಿರುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಈ ಪ್ರಕಾರಗಳಲ್ಲಿ ಯುವಜನರನ್ನು ತರಬೇತುಗೊಳಿಸಿ ಲವರನ್ನು ಉದ್ಯಮಕ್ಕೆ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿ ನೀಡಿದೆ.

ಾರತೀಯ ಸಾಹಸ ಸಮನ್ವಯ ಕೇಂದ್ರವು ತರಬೇತಿ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿ ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಹೆಸರು ಪಡೆದಿದೆ. ನ್ನಡ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯವು ಈ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಪ್ರಪ್ರಥಮ ಬಾರಿಗೆ ಪರಿಸರ ್ರವಾಸೋದ್ಯಮದ ಡಿಪ್ಲೊಮ ಮತ್ತು ಸರ್ಟಿಫಿಕೇಟ್ ಕೋರ್ಸಗಳಿಗೆ ಮನ್ನಣೆ ನೀಡಿದೆ. ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ುಕ್ತ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯವು ಪರಿಸರ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮದ ಸ್ನಾತಕೋತ್ತರ ಡಿಪ್ಲೊಮವನ್ನು ನಡೆಸಲು ನುಮತಿ ನೀಡಿದೆ. ಭಾರತೀಯ ಸಾಹಸ ಸಮನ್ವಯ ಕೇಂದ್ರದ ಪರಿಸರ ಪ್ರವಾಸೋದ್ಯಮದ ಾದರಿಯನ್ನು ದಕ್ಷಿಣ ಆಫ್ರಿಕಾ ಮತ್ತು ಇಂಡೋನೇಶಿಯಾಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಾ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡಿರುವುದು ದಕ್ಕೆ ದೊರೆತ ಗೌರವವಾಗಿದೆ.

ಇವುಗಳ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಈ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಅವಕಾಶ ವಂಚಿತರಿಗಾಗಿ ಜೀವನ ಕೌಶಲ್ಯ (ಲೈಫ್ ಸ್ಕಿಲ್) ತರಬೇತಿ ಗಿರಿಜನರ ಚಿತ್ರಕಲೆ ಚಿತ್ತಾರದ ರಾತ್ರಿ ಶಾಲೆಯ ಕೋರ್ಸ್, ನೀರಿನ ನಿರ್ವಹಣೆಯ ತರಬೇತಿ, ಾಯಕತ್ವ ತರಬೇತಿ, ಸಮಾಜ ಸೇವಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ತರಬೇತಿ, ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರುಗಳಿಗಾಗಿ ಪರಿಸರ ಶಿಕ್ಷಣದ ಮಾದರಿಯ ತರಬೇತಿ ಜೀವ ವೈವಿಧ್ಯ ಅಧ್ಯಯನದಂತಹ ಸುಮಾರು ಹದಿನೈದು ತರಬೇತಿಗಳು ಾರ್ವಜನಿಕರ ಬೇಡಿಕೆಗನುಗುಣವಾಗಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತವೆ.

ಅಂಗವಿಕಲರ ಸಾಹಸ ಗಾಥೆಯ ರೋಮಾಂಚಕಾರಿ ಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ, ಆ ಅನುಭವಗಳನ್ನು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಪ್ರಬಂಧವಾಗಿಸಿದ ಈ ಕಿರುಪುಸ್ತಿಕೆ ಮುಂದಕ್ಕೆ ಬೆಳೆದು ಒಂದು ಪುಸ್ತಕವೇ ಆಗಬಲ್ಲದು, ಆಗಬೇಕು.

ನಮ್ಮ ಅವಸರಕ್ಕೆ ತಮ್ಮೆಲ್ಲ ಕೆಲಸಗಳ ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿಯೂ ಈ ಕಿರುಪುಸ್ತಿಕೆಯನ್ನು ಬರೆದುಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ, ಎಸ್.ಎಲ್.ಎನ್.ಸ್ವಾಮಿ - ನೋಮಿಟೋ ದಂಪತಿಗಳು. ಶಿವಮೊಗ್ಗದ ತಾಳಗುಪ್ಪ ಹೊನ್ನೆಮರಡು ಜಲ ಸಾಹಸ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ 25 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಐದು ಸಾವಿರಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಜನ ಅಂಗವಿಕಲರಿಗೆ ಸಾಹಸ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿದ ಅನುಭವದ ಸಾರ ಇದು. ಇದನ್ನು ಓದಿದ ಎಲ್ಲರೂ ತಮ್ಮ ಅಂಗವಿಕಲ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಸಾಹಸಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಲಿ. ಮಿತಿಗಳನ್ನು ಹೇರದೆ ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಅನುಕೂಲ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಲಿ.

– ಜಿ.ಎನ್. ನಾಗರಾಜ್

ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ಅಂಗವಿಕಲರ ಪಾಲಕರ ಒಕ್ಕೂಟ

KARNATAKA STATE DISABLED & CAREGIVERS FEDERATION

ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯ ಅಂಗವಿಕಲರ ಹಾಗೂ ಪಾಲಕರ ಒಕ್ಕೂಟ

(ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಅಂಗವಿಕಲರ ಹಕ್ಕುಗಳ ವೇದಿಕೆ)

(National Platform for Rights of Disabled- NPRD ಗೆ ಸೇರ್ಪಡೆ)

235, 17ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ, ನಂದಿನಿ ಲೇಔಟ್ , ಬೆಂಗಳೂರು–560096